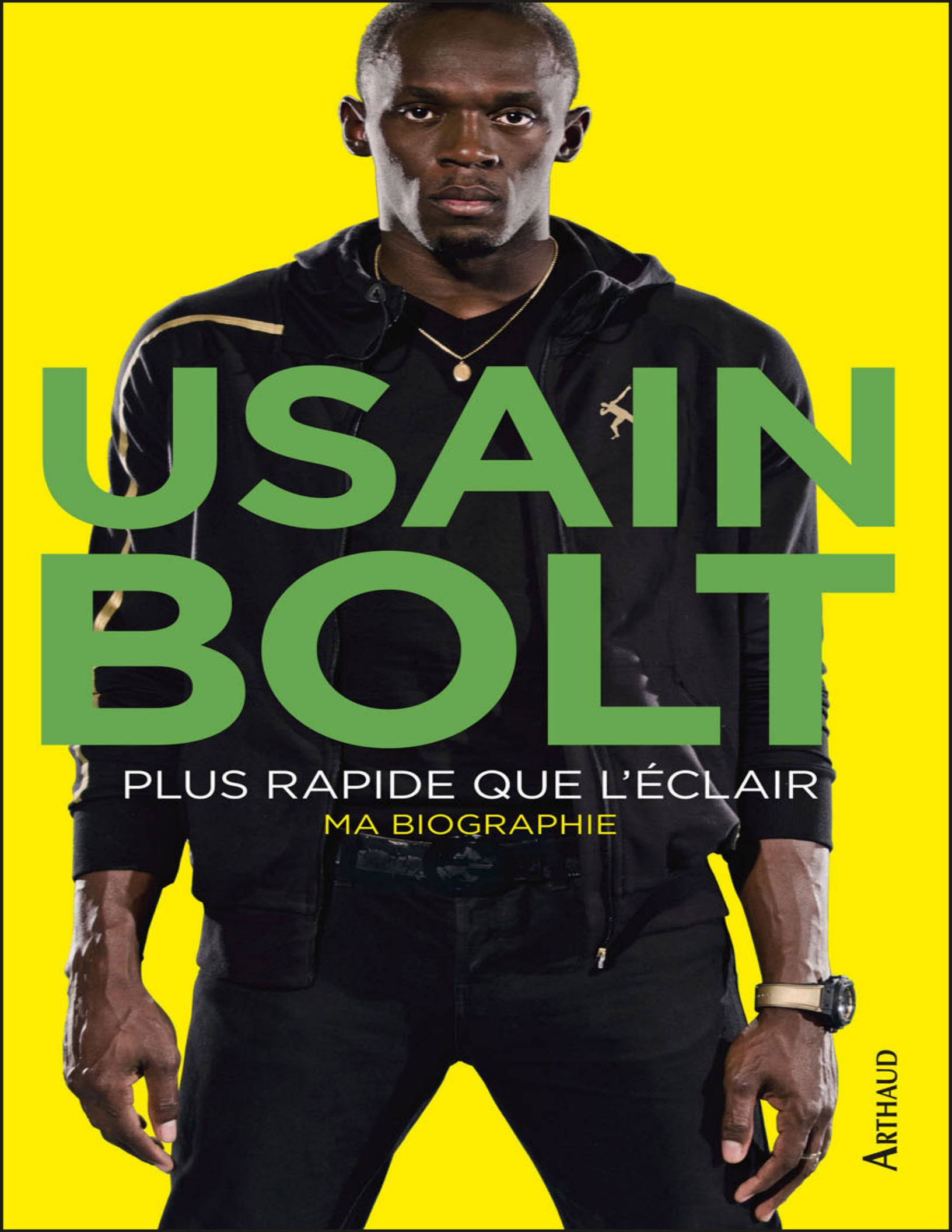
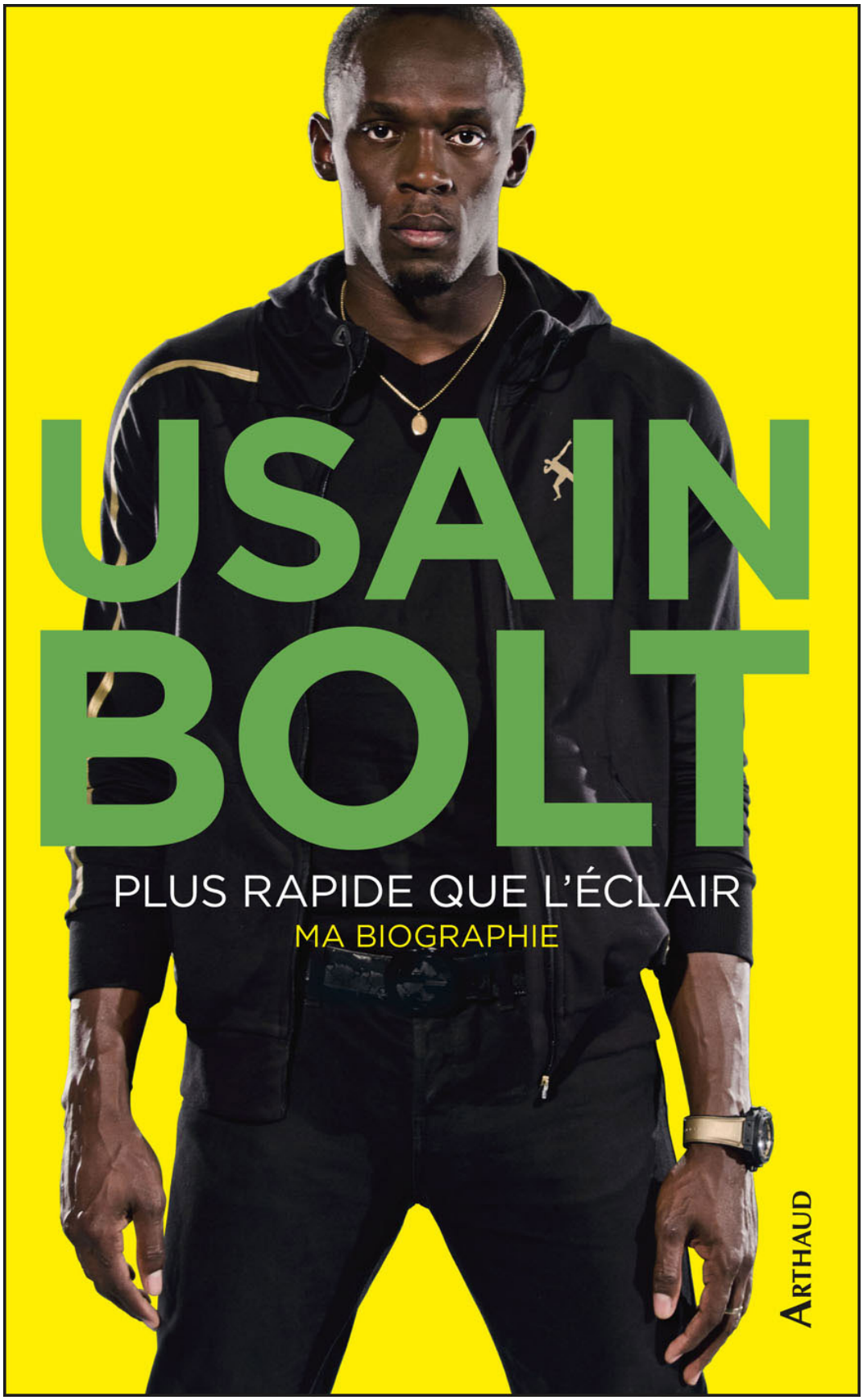


USAIN BOLT

PLUS RAPIDE QUE L'ÉCLAIR

MA BIOGRAPHIE

ARTHAUD


USAIN
BOLT
PLUS RAPIDE QUE L'ÉCLAIR
MA BIOGRAPHIE
ARTHAUD

Traduit de l'anglais par Patricia Jolly

Usain Bolt
Plus rapide que l'éclair

autobiographie

En collaboration avec Matt Allen

ARTHAUD

Bolt Usain

Usain Bolt

Plus rapide que l'éclair

Arthaud

Collection : LG
Maison d’édition : éditions FLAMMARION

Jolly Patricia

Version originale publiée par Harper Collins Ldt
sous le titre My Autobiography
© Usain St Leo Bolt 2013
© Flammarion, Paris, 2014
Dépôt légal : janvier 2014

ISBN numérique : 978-2-0813-3393-2
ISBN du pdf web : 978-2-0813-3394-9

Le livre a été imprimé sous les références :
ISBN : 978-2-0813-1460-3

Ce document numérique a été réalisé par Nord Compo.

Présentation de l’éditeur :

« Je vis pour ces grands moments. Donnez-moi un challenge, un objectif, un combat et quelque chose se passe – je me révèle. Mes foulées s’allongent, mon corps se déplace plus vite. Lancez-moi un défi et je le relève. Je gagne des courses et pulvérise les records depuis l’âge de 15 ans, mais pour y arriver, je me suis toujours battu. J’ai dû surmonter de nombreuses blessures, me reconstruire après un accident de la route et résister à la pression. J’ai remporté six médailles d’or olympiques et huit titres de champion du monde parce que je suis toujours là au moment décisif. C’est comme ça que je suis devenu l’homme le plus rapide du monde. Voici mon histoire. »

Dans la même collection

Isabelle Autissier, *Chroniques au long cours*

Felix Baumgartner, *Ma vie en chute libre*

Jean Béliveau, *L'Homme qui marche*

Géraldine Danon, *Le Continent inconnu*

Philippe Frey, *Passion désert*

Yves Jean, *Les Victoires de Poulidor*

Reinhold Messner, *Ma voie*

1

Né pour courir

Autoroute 2000, Vineyard Toll, Jamaïque, 29 avril 2009

Je me suis furieusement agrippé au volant quand le coupé BMW M3 s'est retourné une, deux, trois fois. Le toit de la voiture a rebondi sur la route mouillée, et nous avons atterri dans le fossé. Le pare-brise a explosé, l'airbag s'est déployé. « Bang ! » Le capot s'est transformé en accordéon en heurtant le sol avec fracas. Le calme était revenu quand j'ai compris ce qui venait de se produire. Un calme étrange, comme les secondes de tension et d'impatience qui précèdent le départ d'une course de grand championnat.

« Chuuuuttt ! » Seuls la pluie battante et le tic-tac du clignotant encore en état de fonctionner rompaient le silence. Dans le fossé, ma voiture était toute cabossée et un nuage de fumée s'échappait du moteur.

Le stress peut profondément affecter l'esprit. Je savais que quelque chose ne tournait pas rond, mais il m'a fallu une ou deux secondes pour réaliser que j'étais cul par-dessus tête, seulement retenu à mon siège par ma ceinture de sécurité. C'était si étrange de

tâter mon corps à la recherche d'éventuelles blessures : la tête, les jambes, les pieds… Heureusement, je n'ai pas ressenti la moindre douleur quand j'ai étiré et soigneusement fait jouer mes muscles de la tête aux pieds.

« Bon, ai-je pensé. Tout va bien. »

Une fraction de seconde, l'accident s'est rejoué dans ma tête. L'horreur… Je conduisais à travers la campagne, accompagné de deux amies de Kingston. Manchester United disputait ce jour-là une demi-finale de Ligue des champions, et j'avais tellement envie de regarder le match à la télé que lorsque nous nous sommes retrouvés sur les routes de campagne qui mènent à Trelawny, chez moi, je ne pensais qu'au coup d'envoi. J'ai pris quelques risques ; par moments, j'appuyais un peu trop sur l'accélérateur. À un moment, une voiture venant d'en face avait doublé une camionnette ; le conducteur avait dû faire une embardée pour nous éviter de justesse.

J'ai aussitôt jeté un coup d'œil à ma voisine assise sur le siège passager. Elle dormait presque.

« Comment peut-on être si détendu sur des routes comme celles-là ? » ai-je pensé.

Remarquant qu'elle n'avait pas attaché sa ceinture de sécurité, je lui ai donné un coup de coude pour la réveiller.

« Hé, si tu dors, attache-toi au moins, lui ai-je conseillé. Si je freine brutalement, tu vas embrasser le pare-brise. »

Après les routes secondaires, nous avons pris l'autoroute 2000, à l'ouest de Kingston. Les routes jamaïcaines sont bonnes, et je prenais plaisir à entendre le vrombissement du moteur, à sentir la vague d'énergie qui se propageait dans mes roues, quand soudain un éclair a lézardé le ciel juste au-dessus de nous. Un puissant coup de tonnerre a retenti. C'était un gros orage tropical.

« Whoosh ! » La pluie s'est soudainement mise à tomber en martelant les vitres. J'ai mis en marche les essuie-glaces et freiné un peu ; je sentais la vitesse baisser légèrement. Mes pneus ont chuinté dans une énorme flaque d'eau sur la route.

En cas de pluie, je ralentis généralement. Ma voiture était un cadeau d'un de mes sponsors en récompense de mes trois titres olympiques de 2008, et je venais de suivre des leçons de conduite sur le célèbre circuit automobile de Nürburgring, en Allemagne, pour apprendre à maîtriser son puissant moteur. Je savais que si je rétrogradais sur une surface lisse, la compression de la voiture me ralentirait naturellement. En revanche, enfoncer la pédale de frein bloquerait les roues et risquerait de m'envoyer en tête-à-queue. J'ai donc rétrogradé et placé le pied gauche sur le côté. J'étais pieds nus – je préfère conduire comme ça. Le correcteur électronique de trajectoire se trouvait à côté de ma jambe, et il s'était produit une chose étrange quelques jours auparavant. En bougeant sur mon siège, j'avais accidentellement poussé le bouton, et les pneus avaient perdu un peu d'adhérence sur le goudron. Cette fois, distrait par la pluie, sur l'autoroute, j'ai commis la même erreur. Sans m'en apercevoir, je l'ai éteint. Enfin, je pense que c'est ce qui s'est passé, car ça s'est terminé par un monstrueux accident qui a failli me coûter la vie.

J'ai senti la voiture vibrer ; sa carrosserie semblait trembler à cent trente kilomètres à l'heure.

« Hmm, ça ne me dit rien qui vaille », ai-je pensé.

J'ai regardé le compteur. « Trop vite. »

127… 125… 123…

L'adrénaline m'a brutalement submergé, annonciatrice d'un événement tragique. Cette vibration, ce léger tremblement de la

voiture signifiait que j'avais perdu le contrôle. Je ne conduisais plus, je faisais du ski nautique.

122… 120… 119…

« Mais ralentis ! »

Un camion arrivait en face, ses roues aspergeant les deux côtés de la route comme des lances à incendie. Il allait vite et nous a frôlés ; un autre véhicule le suivait. « Bang ! » En l'espace d'un instant, l'arrière de ma voiture s'est retrouvé devant, et, glissant sur le goudron comme un palet de hockey sur glace, je ne contrôlais plus rien. J'étais totalement impuissant. J'ai senti mon corps couler au fond du siège ; la force G me secouait de gauche à droite. Ma voisine s'était réveillée. Ses yeux étaient écarquillés par la peur, elle hurlait.

« Aaaaaaahhhhh ! »

La voiture a traversé la route et nous a entraînés dans le décor à toute allure. C'est affreux de regarder l'autoroute disparaître et le fossé s'apprêter à vous avaler. J'ai tout de suite compris comment ça allait finir. J'ai mis une main au plafond pour amortir l'impact, tentant désespérément de reprendre le contrôle du volant avec l'autre.

« Ça y est ! Ça y est ! Oh, mon Dieu… C'est fini ? »

J'étais terrifié à l'idée que la voiture puisse faire des tonneaux.

« S'il vous plaît, pas de tonneaux, ai-je pensé. Pas de tonneaux… »

Nous avons fait des tonneaux.

C'était le monde à l'envers. J'étais ballotté comme un maillot d'athlétisme dans un lave-linge, en plein cycle d'essorage. « Les arbres, le ciel, la route. Les arbres, le ciel, la route… » Et « smash », nous avons atterri dans le fossé. Tout est parti vers l'avant, je me suis retrouvé tête en bas. Les airbags se sont déclenchés, tout un

bazar a été bruyamment projeté dans la voiture : des clés, de la petite monnaie, des téléphones portables… Puis un étrange silence s'est imposé, un calme effrayant troublé par le seul tic-tac du clignotant et le son des trombes d'eau à l'extérieur.

J'étais en vie. Nous l'étions tous. De justesse.

« Bon, tu es entier », ai-je pensé en donnant un grand coup dans la portière pour l'ouvrir.

Dieu seul savait comment et pourquoi.

*

Parfois, les gens expliquent l'avoir échappé belle ou parlent d'expérience de mort imminente, et comme cela change à jamais leur façon de penser. Mon accident sur l'autoroute 2000 fait partie de ces moments-là ; je n'ai plus jamais considéré la vie de la même manière ensuite. Nous avions survécu. Mais comment ? Sortir vivant de cet accident était une gageure, surtout après avoir fait trois tonneaux.

Tout le monde connaît mon goût pour la vitesse et les moteurs puissants, mais je ne m'attendais pas à ce que cela manque de m'ôter la vie. Dans les heures qui ont suivi l'accident, j'ai éprouvé la série d'émotions classiques chez le conducteur survivant. Il y a eu la culpabilité vis-à-vis de mes amies souffrant de bosses, de bleus et du coup du lapin. J'ai ressenti le frisson dans le dos qui accompagne la pensée qu'on a défié la mort, alors que les images du désastre défilaient dans ma tête. Je conduisais vite, je ne contrôlais plus mes roues et, à plus de cent dix kilomètres à l'heure, je m'étais retourné et j'avais atterri dans un fossé.

Objectivement, j'aurais dû être mort. « Un athlète d'exception fauché dans la fleur de l'âge. » Un gros titre de presse épouvantable, au retentissement mondial…

« L'homme le plus rapide du monde est mort ! » « Voici comment un champion olympique et recordman du monde du 100 mètres, du 200 mètres et du 4 × 100 mètres a vécu vite et est mort jeune ! »

Je m'en étais tiré miraculeusement. Pas une blessure, pas même un bleu ni une marque sur le corps, hormis quelques échardes. Plusieurs longues épines avaient déchiré la chair de mes pieds nus lorsque je m'étais extirpé de l'épave, et les coupures étaient assez profondes, mais ces plaies semblaient un moindre mal comparé à ce qui aurait pu se passer.

« Incroyable ! », me suis-je dit alors qu'on me ramenait de l'hôpital ce jour-là. Je n'avais pas une bosse, comment était-ce possible ?

Quelques semaines plus tard, alors que je mesurais l'horreur de la situation en regardant la photo de ma voiture cabossée postée sur Internet, j'ai compris une chose. *Une chose très importante*. J'ai pris conscience que quelqu'un m'avait sauvé la vie. Pas le concepteur de mon airbag ou de ma ceinture de sécurité. Non. Une puissance supérieure m'avait accordé de rester en vie. Dieu tout-puissant.

J'ai considéré cet accident comme un message d'en haut. Comme le signe que j'avais été choisi pour devenir l'homme le plus rapide du monde. Ma théorie était que Dieu avait besoin de moi en forme et en bonne santé pour suivre le chemin qu'il m'avait tracé. Il m'avait programmé des années auparavant alors que je gambadais, enfant, dans la forêt jamaïcaine. J'ai toujours cru que les choses arrivent pour une raison, car ma mère est très croyante. Ma foi s'est développée à mesure que je grandissais, aussi ai-je pris cet accident comme un avertissement. Un signe visible, comme une énorme enseigne lumineuse.

« Hé, Bolt ! y lisait-on. Je t'ai fait don d'un super-talent et des records du monde qui vont avec, et je vais veiller sur toi. Mais tu

dois y mettre du tien. Conduis prudemment. Fais attention à toi. »

L'homme d'en haut avait raison. Il m'avait fait un don, et il m'appartenait d'en tirer le meilleur parti. Dieu m'avait ouvert les yeux ; Il était dans mon camp. Il m'avait envoyé sur terre pour courir – *et plus vite que tout autre athlète ne l'avait jamais fait.* Ça, c'était une vraie bonne nouvelle.

2
Conduis-toi en champion

Je vis pour les grands championnats ; c'est là que je me révèle totalement. Lors d'une course normale, je suis très motivé, j'ai envie de gagner parce que je suis un pur compétiteur, mais le véritable désir et la passion ne sont pas complètement là. Mentalement, je ne suis jamais aussi déterminé qu'au cours d'un grand rendez-vous. J'arrive alors à mobiliser une énorme combativité qui me pousse à devenir champion olympique ou recordman du monde, alors que, dans ma vie quotidienne, je suis un gars tranquille.

Qu'on me donne une arène, un combat à mener, un défi à relever, et quelque chose de différent se produit. *Je me révèle*. Je marche en me tenant plus droit, je me déplace une fraction de seconde plus vite. Je serais capable de – « Pop ! » – me claquer un muscle pour gagner une de ces courses. Face à un défi comme un titre olympique ou un adversaire féroce comme le sprinteur américain Tyson Gay, je me surpasse, j'ai les crocs.

J'ai vécu mon premier grand défi à l'école primaire Waldensia, à Sherwood Content, un village de la paroisse de Trelawny.

J'étais un garçon de huit ans dégingandé, débordant d'énergie et toujours à la recherche de nouveaux amusements. Bizarrement, alors

que je passais mon temps à courir dans tous les sens, mes dispositions pour l'athlétisme n'ont été identifiées que lorsqu'un de mes enseignants – M. Devere Nugent, un pasteur fou de sports scolaires – m'a repéré. J'étais déjà rapide et j'adorais le cricket, mais je n'avais jamais pensé pouvoir tirer parti de ma vitesse autrement qu'en étant un lanceur. Un après-midi, alors qu'on faisait des séries de lancers sur le terrain de l'école, M. Nugent m'a pris à part. Une journée du sport scolaire se profilait et il voulait savoir si j'y courrais le 100 mètres.

« Peut-être », ai-je répondu dans un haussement d'épaules.

En Jamaïque, dès le cours préparatoire, tout le monde faisait du sport et disputait des courses, mais je n'étais pas le plus rapide de l'école, à cette époque. À Waldensia, Ricardo Geddes me battait toujours sur les sprints courts. Nous courions l'un contre l'autre dans la rue ou sur les terrains de sport pour nous amuser, et, bien qu'il n'y ait aucun enjeu, mon esprit de compétition me faisait prendre chacune de ces courses très au sérieux. Chaque fois qu'il me battait, j'étais très en colère et parfois même je pleurais.

« Yo, c'est insupportable ! », gémissais-je lorsqu'il me coiffait sur le fil.

Mon principal problème, déjà, était mon départ. M'extraire de la position « à vos marques » me prenait un temps fou. Bien que je sois alors trop jeune pour saisir la mécanique d'une course, je voyais bien que ma grande taille me désavantageait sérieusement. Je mettais plus de temps à sortir des starting-blocks imaginaires qu'un gosse plus petit. Une fois mon rythme trouvé, je rattrapais toujours Ricardo si nous courions un 150 mètres, mais, sur un 60 mètres, je n'avais aucune chance.

M. Nugent n'était pas d'accord.

« Tu pourrais être un sprinteur », m'a-t-il dit un jour.

Incrédule, je l'ai ignoré.

« Tu as vraiment de la vitesse dans tes courses d'élan, a-t-il insisté. Tu es rapide, très rapide. »

Je n'étais pas convaincu. En dehors de mes courses contre Ricardo, l'athlétisme ne m'avait jamais intéressé. Mon père, Wellesley, était fou de cricket, ainsi que tous mes amis. Bien sûr, on ne parlait que de ça entre nous. Tout le monde à l'école se fichait du 100 mètres ou du saut en longueur qui ne passionnait que les gens plus âgés à Trelawny. Courir vite n'était à mes yeux qu'un atout pour éliminer les batteurs au cricket, tout comme ma taille et ma force.

Mais M. Nugent avait plus d'un tour dans son sac. Il m'a motivé avec une carotte.

« Bolt, si tu bats Ricardo à la course de la journée du sport scolaire, je t'offre un panier-repas », m'a-t-il proposé, sachant que le meilleur moyen de convaincre un garçon était de s'adresser à son estomac.

C'était du sérieux ! Un panier-repas, c'était une affaire ; ça signifiait du poulet mariné, des patates douces rôties, du riz et des pois. D'un seul coup, il y avait un enjeu, la perspective d'une récompense. Cette pensée était aussi excitante que le frisson de participer à un championnat. J'étais soudain pris en considération. Deux stars de l'école primaire Waldensia allaient s'affronter, et rien ne m'empêcherait de gagner.

« Dans ce cas, d'accord, monsieur Nugent », ai-je répondu.

Pour cette journée du sport scolaire, la piste de l'école était une simple bande d'herbe bosselée divisée en couloirs par des lignes noires, chacune de ces lignes ayant été tracée en brûlant le gazon avec de l'essence enflammée. Waldensia était une école primaire de campagne comme tant d'autres ; un alignement de petits bâtiments

de plain-pied posés en haut d'une colline, dans une clairière au milieu de la forêt tropicale. Les cocotiers et la brousse encerclaient le terrain, les classes étaient couvertes de toits en tôle ondulée et leurs murs arboraient des couleurs vives – rose, bleu et jaune. Il y avait des terrains de sport avec des poteaux de football et un grand terrain de cricket ; une cabane indiquait la ligne d'arrivée de la piste de course. Le jour de cette fameuse course, j'avais le sentiment que l'école entière était au bord de la piste pour m'encourager.

Mon cœur battait à tout rompre, j'avais l'impression de participer à une finale olympique. Lorsque M. Nugent a crié « Partez ! », il s'est produit en moi quelque chose d'incroyable. Je me suis redressé rapidement et j'ai littéralement volé sur la piste, galvanisé par l'excitation de concourir à un championnat pour la première fois de ma vie. J'ai d'abord entendu Ricardo derrière moi. Il respirait fort, mais je ne le voyais pas du coin de l'œil et, grâce à nos courses de rue, je savais que c'était bon signe. À mesure que les mètres défilaient, je ne l'entendais plus du tout. Mieux encore. Mes foulées plus longues m'avaient donné une confortable avance, j'étais hors de portée. Ricardo était bien loin. J'ai franchi la ligne d'arrivée très loin devant lui. Et voilà. J'avais gagné ma première course importante.

« Bang ! » Gagner a déclenché une explosion en moi. J'étais submergé de joie, de liberté, de plaisir. Franchir la ligne en tête était une sensation formidable, surtout dans un cadre aussi prestigieux que celui de la journée du sport scolaire, un événement qui faisait officiellement de moi le gamin le plus rapide de Waldensia. Pour la première fois, l'effervescence d'une vraie compétition m'avait forcé à me dépasser. Les records du monde et les médailles d'or étaient encore loin, mais ma course contre Ricardo avait été une véritable étape. J'étais un champion, et, comme je m'écroulais sur le sol au

bout de mon couloir, j'étais sûr d'une chose : être numéro un, c'était génial.

*

Il y a une vieille photo chez moi qui m'amuse chaque fois que je la regarde. Elle me représente, enfant. Je dois avoir sept ans, et je suis dans la rue à côté de ma mère, Jennifer. Je suis déjà presque aussi grand qu'elle. J'ai fière allure dans mon jean noir moulant et mon tee-shirt rouge. Je suis accroché à la main de maman, serré contre elle, et mon regard semble dire : « Touche-moi, et tu auras affaire à elle. » C'était le bon temps.

À l'époque, j'étais un petit garçon à sa maman. Je le suis resté, et il n'y a que ce qui attriste ma mère qui puisse me faire pleurer. Je déteste la voir bouleversée. Mon père et moi avons toujours été proches, je l'adore. Mais j'ai un lien particulier avec ma mère, sans doute parce que je suis son seul enfant et qu'elle m'a pourri-gâté.

Notre maison se trouvait à Coxeath, un petit village proche de l'école primaire de Waldensia et de Sherwood, vraiment magnifique, niché dans les arbres luxuriants et les buissons sauvages. La région était très peu peuplée ; une ou deux bâtisses toutes les centaines de mètres. Notre ancienne maison – un simple bâtiment de plain-pied – était louée par mon père. Le rythme de vie était extrêmement tranquille. Les voitures passaient rarement, et la route semblait toujours déserte. Ce qui se rapprochait le plus d'un embouteillage à Coxeath, c'était lorsqu'un ami s'arrêtait dans la rue pour vous faire signe.

La région était si isolée qu'on l'avait baptisée Cockpit Country ; elle avait été un bastion d'esclaves marrons qui s'étaient échappés et réfugiés là dans les années 1700. Ils l'utilisaient comme base et attaquaient les forts anglais tout au long de l'ère coloniale. Sans ce

passé violent, Coxeath et Sherwood Content seraient restés des lieux paradisiaques. Le temps était toujours radieux, et le soleil chaud, même lorsque le ciel grisaillait légèrement. Je me souviens que là-bas nous appelions la pluie le « soleil liquide ».

Malgré le climat, les touristes s'aventuraient rarement jusque chez nous. Tous les guides répètent la même chose : « Yo, on peut seulement y aller en voiture, et la route est assez dangereuse. Elle serpente à travers une végétation dense sur une piste pleine de nids-de-poule. D'un côté coule une rivière au cours rapide, de l'autre, elle est bordée par les arbres et la jungle, et des poulets dingues peuvent débouler à tout moment. Alors attention ! À environ une demi-heure, vous trouverez Coxeath, un petit bled dans la vallée… »

Franchement l'endroit vaut le détour. C'est mon paradis.

Mon comportement durant toute mon enfance explique pourquoi je suis devenu une légende olympique. J'étais toujours prêt pour l'aventure, même entre les quatre murs de ma propre maison. Dès que j'ai su marcher, je dévastais tout sur mon passage, j'étais le gosse le plus hyperactif du monde. Pourtant, personne n'aurait imaginé cela, car, à la naissance, j'étais un « énorme » bébé de quatre kilos trois cents. Je pesais si lourd que papa m'a raconté qu'une des infirmières de l'hôpital en avait plaisanté.

« Mon Dieu, cet enfant a l'air d'avoir déjà vécu longtemps », avait-elle dit en me soulevant dans ses bras.

Si mon gabarit a été le premier don de Dieu, le deuxième était sans aucun doute mon énergie inépuisable.

J'étais vif, je n'arrêtais pas de bouger et, dès que j'ai pu marcher à quatre pattes, je n'avais de cesse d'explorer et d'escalader. Pas un canapé qui ne m'ait résisté, pas un placard qui ne m'ait semblé hors de portée. J'ai rapidement transformé les plus beaux meubles de la maison en portique. Je ne tenais pas en place. Je trouvais toujours

quelque chose à faire en grimpant partout. J'étais bien plus dynamique que mes parents ne pouvaient le supporter. Probablement après que je me fus cogné la tête ou que j'eus atterri contre une porte pour la énième fois, ils m'ont emmené chez le médecin pour savoir ce qui n'allait pas.

« Ce garçon n'arrête pas de remuer, râlait mon père. Il a trop d'énergie ! Quelque chose doit clocher en lui. »

Le toubib leur a expliqué que je souffrais d'hyperactivité et qu'il n'y avait rien à faire. « Ça passera avec le temps », leur a-t-il dit. Mais j'imagine que ça a parfois été dur pour eux, épuisant même, et personne ne comprenait d'où je tenais cette vivacité. Ni ma mère ni mon père n'étaient athlètes dans leur jeunesse. Bien sûr ils couraient à l'école, mais pas au niveau que j'ai atteint ; et la seule fois où j'ai vu l'un d'eux sprinter, c'est le jour où ma mère a coursé une volaille dans la rue après qu'elle se fut enfuie de la cuisine en embarquant le poisson prêt pour le dîner. Waouh ! Regarder ma mère ce jour-là, c'était comme observer Michael Johnson – champion olympique du 200 et du 400 mètres en 1996 – labourer la piste.

Maman a poursuivi la poule jusqu'à ce qu'elle lâche le poisson et disparaisse dans les bois, en craignant pour ses plumes. Je dis toujours en plaisantant que je tiens mon gabarit de mon père (il mesure plus de un mètre quatre-vingts et est aussi mince que moi), mais ma mère m'a donné tout le talent dont j'avais besoin.

Le rythme de vie à Trelawny convenait à mes parents. Tous deux originaires de la campagne, ils n'auraient pas pu vivre dans un lieu trop mouvementé comme Kingston, mais ils travaillaient dur. Pas le genre à lever le pied une seconde. Mon père, par exemple, était chef d'équipe dans une entreprise de torréfaction locale. La région de Windsor, à quelques kilomètres au sud de Coxeath, produisait beaucoup de café. Son boulot consistait à s'assurer que le café était

bien réparti dans les usines du coin. Il se levait toujours très tôt, se déplaçant d'un bout à l'autre du pays. La plupart du temps, il rentrait tard le soir. Parfois, quand j'étais vraiment petit et que je me couchais avant six ou sept heures du soir, je ne le voyais pas pendant des jours parce qu'il passait son temps à travailler. S'il rentrait tôt, je m'endormais plus vite.

Ma mère avait les mêmes valeurs que lui quant au travail. Elle était couturière et la maison débordait de tissus, d'aiguilles et de fil. Tout le monde au village venait chez nous pour faire retoucher des vêtements, et, lorsqu'elle n'était pas en train de me nourrir ou de me faire descendre des rideaux, elle passait son temps à repriser, filer du coton ou recoudre des boutons. Plus tard, quand j'ai été un peu plus vieux, j'ai commencé à l'aider et j'ai vite su coudre et assembler les tissus. Aujourd'hui, je sais quoi faire si je déchire ma chemise[1], même si je m'adresse encore à ma mère parce qu'elle a toujours su tout réparer : c'est elle qui réparait les appareils ménagers, comme le fer à repasser, par exemple. Je pense que c'est une des raisons pour lesquelles j'étais si négligent quand j'étais enfant, car maman ne manquait jamais d'arranger tout ce que je détruisais dans la maison.

Je n'ai jamais connu la faim quand je vivais à Coxeath ; c'était une région agricole fertile. Il y avait des patates douces, des bananes, de la coca, des noix de coco, des baies, de la canne à sucre, des mangues, des oranges, des goyaves. Tout ça poussait autour de la maison ; ma mère n'allait jamais acheter de fruits et légumes au supermarché. C'était toujours la saison de quelque chose. Les bananes pendaient des arbres ; il n'y avait qu'à tendre le bras. Même si je n'avais pas un sou en poche, quand mon estomac gargouillait, je trouvais un arbre et j'en cueillais les fruits. Sans m'en apercevoir,

je fonctionnais avec un régime tellement sain que mon corps s'emplissait de force et de bonnes choses.

C'est alors que j'ai commencé à m'entraîner.

La brousse de Coxeath était un terrain de jeu naturel. Je n'avais qu'à sortir de chez moi pour me dépenser. Partout, on pouvait jouer, courir ou grimper. Les bois offraient un programme d'entraînement parfait pour un futur athlète, avec leurs clairières et leurs parcours d'obstacles composés de troncs de cocotiers brisés. Pas question de traîner toute la journée devant des jeux vidéo comme le font certains enfants maintenant. J'adorais rôder, explorer et courir pieds nus aussi vite que je pouvais.

Ces forêts pouvaient sembler sauvages et dangereuses aux étrangers, mais elles étaient un endroit sûr pour grandir. Il n'y avait pas de criminalité, et la canne à sucre ne cachait aucune mauvaise surprise, même si les gens paniquaient quand un boa jaune jamaïcain – un serpent local et inoffensif – se glissait à l'intérieur de leur maison. Une fois, j'ai entendu parler d'un type qui en avait attaqué un avec une machette avant de jeter son cadavre dans la rue. Pour être certain que le serpent était bien mort, il lui avait ensuite roulé dessus en voiture avant de mettre le feu à sa dépouille. C'était ainsi qu'on luttait contre les nuisibles à Trelawny.

Je courais partout ; gambader et faire du sport, c'était tout ce qui m'intéressait. À l'âge de cinq ou six ans, je suis devenu dingue de cricket ; j'y jouais chaque fois que j'étais autorisé à sortir dans la rue. Dès que j'en avais la possibilité, je lançais ou je « battais ». Mes amis et moi utilisions des balles de tennis et nous passions des heures à lancer ces balles faites maison pour leur donner différents effets ; nous employions des pierres ou des morceaux de carton pour tracer nos terrains de fortune.

C’était sympa, mais ça ne dispensait pas des travaux domestiques. Nom d’un chien, même enfant, je devais vraiment travailler parfois ! Mon père craignait que je n’hérite pas de ses valeurs. Alors, dès que j’ai été assez grand, il a commencé à me charger de tâches simples, comme balayer. La plupart du temps, ça ne me gênait pas, mais si je me sauvais, il se mettait à râler.

« Oh, ce gosse est paresseux ! répétait-il. Il devrait aider davantage à la maison. »

En grandissant, je suis devenu plus fort : j’ai alors dû m’acquitter de tâches plus physiques, que je détestais. Nous n’avions pas l’eau courante à l’époque, et c’était moi qui charriais les seaux depuis le ruisseau tout proche jusqu’au jardin familial où nous stockions nos réserves dans quatre tonneaux. Chaque semaine, quand papa était là, j’avais ordre de les remplir et c’était une vraie corvée, car il fallait douze seaux pour qu’un seul tonneau soit plein, ce qui signifiait quarante-huit allers-retours à la rivière. C’était vraiment dur ; les seaux étaient lourds, j’aurais fait n’importe quoi pour être dispensé de les porter.

Finalement, j’ai trouvé un moyen d’éviter ces quarante-huit allers-retours fastidieux. J’ai commencé à prendre deux seaux à la fois, même si je peinais à rejoindre la maison. J’avais le sentiment de tricher, mais porter ces deux fichus seaux a contribué à mon développement physique. Je sentais mes bras, mon dos et mes jambes se fortifier chaque semaine. Ces corvées ont rapidement développé mes muscles. Sans mettre les pieds dans une salle de musculation ni soulever des haltères, j’acquérais peu à peu une sacrée musculature. En fait, ma fainéantise me rendait « plus fort » physiquement. Je marchais, je grimpais et je courais partout, mais, en plus, le travail de la maison auquel mon père me contraignait me rendait plus puissant et plus costaud.

Le plus drôle, c'est que ma mère ne me forçait jamais à faire ce que je n'avais pas envie de faire, surtout si mon père n'était pas là. Je pouvais éviter la corvée d'eau si je me plaignais suffisamment, et il n'en savait jamais rien. Ses leçons de morale n'avaient lieu que si, rentrant du travail en avance, il me pinçait à tirer au flanc. Alors il récriminait. Il reprochait à ma mère de trop m'aimer – et je pense qu'il avait raison –, mais j'étais son enfant unique, et notre attachement l'un pour l'autre était très spécial.

Parfois, mon père était tout de même trop strict. Il n'aimait pas que je sorte de la maison et, s'il était là, il me forçait à rester à portée d'yeux pour jouer, en principe dans le jardin ; mais quand il partait travailler, ma mère m'autorisait à me promener librement. Cependant je n'étais pas stupide et, où que je sois, je guettais toujours le bruit de la moto de mon père, qui pétaradait en descendant la colline du village. Dès que je reconnaissais son moteur, je lâchais tout et je rentrais en courant le plus vite possible à la maison. J'arrivais souvent avant d'éveiller ses soupçons.

Parfois, je m'échappais pour jouer chez un copain qui habitait sur un bout de terrain éloigné de la rue qu'empruntait mon père lorsqu'il revenait du boulot. Guetter le bruit de sa vieille moto devenait plus difficile, mais j'avais plus d'un tour dans mon sac. En quittant la maison, j'emmenais Brownie, notre chien. Et bien avant que nous entendions le vrombissement de la moto de papa, Brownie dressait les oreilles. C'était le signal qu'il fallait rentrer en courant. C'était aussi un avant-goût de ce que serait mon avenir.

« Écoute bien le signal… »

« Bang ! »

« Grouille-toi ! Cours ! Vite ! »

Mon premier entraîneur a été un chien. Brownie ! C'est idiot.

*

J'aimerais décrire ma famille. J'ai un demi-frère cadet, Sadiki, et une demi-sœur aînée, Christine. Nous avons tous une mère différente. Ça peut paraître bizarre à beaucoup de gens, mais c'est parfois ainsi dans les familles jamaïcaines. Mon père a eu des enfants avec deux autres femmes, et mes parents n'étaient pas mariés lorsque je suis né. Pourtant, ça n'a jamais été un problème pour ma mère, et quand Sadiki et Christine venaient à la maison à Coxeath, elle les accueillait comme ses propres enfants.

Même en grandissant et en comprenant les relations entre toutes ces personnes, notre situation familiale ne m'a jamais épouvanté. Mes parents se sont finalement mariés quand j'avais douze ans, et la seule chose qui m'a mis en colère, c'est que je n'ai pas pu être le *ring boy*. Je voulais donner l'alliance à mon père le jour de la cérémonie ; je voulais participer, mais quelqu'un d'autre au village a eu ce rôle. Sûrement parce que j'étais trop jeune.

Ça ne m'a jamais gêné d'avoir des demi-frère et sœur ayant des mères différentes. Ça me semblait normal. De toute façon, notre famille est tolérante lorsqu'il s'agit de relations et d'amitiés. Nous ne sommes pas des gens coincés. Lors de nos discussions, personne ne se retient de parler de sa vie intime. Je suis tellement proche de mes parents que je peux tout leur dire et aujourd'hui je sais que si je leur téléphone, il est parfois question de leur vie sexuelle, surtout lorsque mon père est là.

C'est fou. Je peux lui parler de n'importe quoi, du temps, de voitures, il finit toujours par me raconter ce qui se passe dans sa chambre à coucher. Je me souviens d'une fois où leur téléphone était sur haut-parleur. J'ai entamé la conversation par un « Eh papa, quoi de neuf ? », et il a commencé à parler de sa vie sexuelle.

« Salut Usain, a-t-il répondu. Tout va bien. Je vais bien, ta mère aussi – on ne fait plus que des galipettes maintenant… » C'était

incroyable. Je ne voulais pas de cette image dans ma tête.

« Quoi ?! » ai-je répondu. Je voulais qu'il m'épargne les détails. « Aaaargh ! Maman, dis-lui d'arrêter ! »

J'entends des propos de ce genre depuis mon enfance. Parfois, des amis de mon père en route pour le travail juraient à pleins poumons ou lançaient des obscénités depuis leur voiture en passant devant la maison à six heures du matin.

La première fois que j'ai réalisé que tout n'était pas parfait dans la vie remonte probablement à ma première confrontation avec la mort. Mon grand-père maternel est décédé chez nous. Il a glissé sur le sol mouillé en transportant du bois dans la maison et s'est cogné la tête. Il est tombé dans les pommes. Ça s'est passé juste devant moi, mais je ne savais pas quoi faire lorsque je l'ai vu là, inanimé, inconscient. Je me suis senti impuissant. Je n'avais que neuf ans et j'ignorais les gestes de premiers secours. J'ai paniqué et je me suis précipité chez les voisins pour demander de l'aide, mais quand ils sont arrivés avec ma mère, on m'a expliqué qu'il n'y avait plus rien à faire. Il avait fait une crise cardiaque, et les routes étaient tellement mauvaises, Coxeath était si isolée que mes parents ne pouvaient pas le conduire à l'hôpital à temps. Grand-père est mort peu après.

Sur le moment, je ne me suis pas rendu compte, je n'ai rien ressenti. Je ne comprenais pas vraiment ce qui se passait. Je voyais bien que tout le monde était triste à l'enterrement, que tout le monde pleurait – ma mère et ses sœurs étaient en larmes. Voir ma mère si triste me peinait, mais j'étais trop jeune pour saisir le sens de la mort et des obsèques. Après la mise en terre, je suis parti jouer avec mes copains. La religion me perturbait aussi. Elle comptait beaucoup chez nous. Surtout pour ma mère qui est une adventiste du septième jour, une chrétienne ; nous allions à l'église tous les

samedis parce qu'elle croyait que c'était le jour du sabbat. Mon père n'était pas aussi fervent. Il l'accompagnait à peu près deux fois par an, à Noël et pour le jour de l'an. Bien que la religion ne représente pas grand-chose pour lui, il respectait sa foi. Ma mère essayait de m'encourager dans ce sens à mesure que je grandissais, mais sans excès. Elle me lisait la Bible pour m'enseigner la différence entre le bien et le mal, mais elle ne m'a jamais imposé ses convictions, de peur de m'en détourner.

« Quand on fait pression sur les autres pour les convaincre de quelque chose, ils font le contraire », estimait-elle.

Malgré sa tolérance, enfant j'allais à l'église à reculons. Plus tard, quand j'ai commencé à faire des compétitions d'athlétisme, j'étais content qu'elles aient lieu le week-end, car ça me permettait de manquer l'office. À la place, maman me faisait faire mes dévotions le matin : vingt minutes d'activités comportant essentiellement chants, conversations et versets de la Bible. Elle espérait que ça compenserait mes absences à l'église.

Cette habitude m'est restée, et je me suis tourné vers la religion en grandissant. Principalement parce que j'ai compris que j'avais reçu un formidable don. Ce qui m'a d'abord frappé, c'est que Dieu aide toujours les gens qui s'aident eux-mêmes. Alors, quand j'étais sur une ligne de départ en ayant accompli le travail que mon coach m'avait donné à l'entraînement, j'attrapais le crucifix que je porte autour du cou et, les yeux au ciel, je Lui demandais de me donner suffisamment de force pour faire de mon mieux. Après cette petite conversation, c'était à moi de jouer.

*

Même un super-athlète ne peut se pointer sur la ligne de départ à chaque compétition et imaginer gagner sans avoir travaillé dur. Il ne

peut espérer décrocher des médailles d'or ni battre des records du monde sans discipline. Or le boulot et la discipline étaient deux valeurs essentielles dans la famille Bolt.

Mon père était attentionné, il m'aimait beaucoup et faisait tout pour moi quand j'étais petit. Mais il était aussi l'homme de la maison : un père strict attaché aux traditions qui ne jurait que par les bonnes manières et le respect. Je n'étais pas un enfant difficile, mais quand je dépassais les bornes, papa me faisait systématiquement la morale. Et si j'allais vraiment trop loin, il me donnait le martinet, à l'ancienne, car on l'avait élevé de la même façon. Ces raclées étaient toujours effrayantes pour moi.

Aujourd'hui, on trouve ce genre de correction inacceptable, mais c'est ce qui guettait à l'époque les petits Jamaïcains qui faisaient des bêtises. Je n'étais pas une exception ; j'ai reçu le martinet pour des tas de raisons, et je sentais toujours l'imminence d'une rossée. Si l'on me traînait devant mon père, je savais d'avance que je devais m'y préparer.

S'il était en colère, mon derrière était à l'abri parce qu'il préférait la discussion. La fessée était toujours le dernier recours. Quand papa parlait, il parlait beaucoup. Mais s'il était calme et silencieux, c'était de mauvais augure pour mon postérieur. Quand je n'étais pas sage à la maison, il me frappait avec sa ceinture. Si je faisais des âneries à l'extérieur, c'était des gifles qui faisaient vraiment mal. « Paf ! Paf ! » Chaque coup cinglait horriblement, déclenchant mes pleurs, mais je ne lui en voulais pas. Ces fessées m'ont enseigné la différence entre le bien et le mal et ont fait de moi l'homme que je suis aujourd'hui.

En fait, mon père ne plaisantait pas avec le respect. Les bonnes manières étaient essentielles à ses yeux et il souhaitait que je grandisse avec les mêmes valeurs. J'ai donc été élevé pour être une

personne polie et facile à vivre. Mon père montrait d'ailleurs l'exemple. Il était toujours affable avec tout le monde et attendait des autres qu'ils le traitent de la même façon. Si quelqu'un était grossier envers lui, il le lui faisait remarquer. Qui que soit cette personne ou ce qu'elle représente à Sherwood Content, elle se faisait mettre à la porte par mon père si elle venait chez nous sans témoigner de respect.

À l'époque, je ne supportais pas l'obsession de papa pour la politesse. Lorsque je suis entré en primaire à Waldensia à l'âge de cinq ou six ans, je me souviens qu'il m'avait imposé de dire bonjour à tous les gens que je croisais sur ma route. Et c'était vraiment « tout le monde », peu importe qui ils étaient ou ce qu'ils étaient en train de faire. C'était ridicule. Je disais bonjour à une vingtaine de personnes en chemin. Je devais avoir l'air d'un dingue avec tous mes bonjours.

La plupart du temps, les gens me répondaient par un sourire, mais il y avait cette vieille dame qui se tenait toujours à sa grille, une vraie mégère, et tous les jours, elle m'observait alors que je grimpais la colline. Fidèle aux recommandations de mon père, je lui adressais toujours un signe de tête et lui disais bonjour, mais elle ne répondait jamais. Pas une seule fois. Elle me lançait juste un regard courroucé. Au début, je n'y avais pas prêté attention. Je la saluais tous les jours, sachant qu'elle m'ignorerait en retour, mais un jour, j'ai perdu patience.

« Au diable tout ça ! ai-je pensé, pourquoi devrais-je lui dire bonjour si elle est impolie et ne me répond pas ? »

J'ai longé sa maison comme d'habitude et lorsque je l'ai vue, là, me regardant méchamment, je suis passé sans un mot. Pas de signe de tête, pas de bonjour poli. J'ai continué mon chemin en silence. Ça m'est sorti de l'esprit, mais j'aurais dû me méfier, car nous étions

en Jamaïque où l'impolitesse d'un enfant est très mal vue. Quand je suis rentré à la maison l'après-midi, je n'en ai pas cru mes yeux : cette dame était là dans la salle à manger, l'air ulcéré. Elle m'a fusillé du regard. Les bras croisés, elle battait le sol du pied. Il ne lui manquait plus qu'un rouleau à pâtisserie pour me frapper. Mon père m'a alors attrapé par la chemise.

« Bolt, m'a-t-il dit calmement, tranquillement (signe que j'allais au-devant de sérieux problèmes), ne t'ai-je pas demandé de dire bonjour à "tout le monde", systématiquement ?

— Mais Papa, ai-je répondu, je dis bonjour à cette dame tous les matins, et elle n'a jamais…

— Systématiquement ! », a-t-il répété.

J'étais dans une colère noire contre cette vieille femme. Je savais qu'elle m'avait condamné à une multitude de coups de martinet, mais ça a été une excellente leçon.

Alors que les coups pleuvaient sur mon derrière, j'ai compris l'importance des bonnes manières et du respect, et je ne me suis plus jamais permis d'ignorer quelqu'un. Je n'aurais jamais osé.

3
Mon pire ennemi

Lorsque je suis arrivé en uniforme kaki à l'école primaire Waldensia, je me suis très vite fait des amis. J'étais plein d'énergie, bien élevé et je m'entendais bien avec la plupart des gamins. Évidemment, je préférais ceux qui aimaient le cricket et je sympathisais immédiatement avec ceux qui possédaient une batte et une balle. Je suis devenu copain avec Nugent Walker Junior parce qu'il était aussi fan que moi de Courtney Walsh et de Brian Lara qu'on suivait à la télé. On traînait ensemble la plupart du temps et on jouait au cricket sur le terrain de l'école.

Nugent vivait dans la même rue que moi, et nous partions ensemble à l'école. Nous sommes vite devenus inséparables. Presque tout de suite, des copains l'ont surnommé « NJ », logiquement puisque c'étaient ses initiales. Mais au bout de quelque temps, tout le monde à l'école s'est mis à m'appeler « VJ ». Je ne sais pas pourquoi, mais ça ne me dérangeait pas, car j'avais fini par détester mon prénom. Personne ne le prononçait correctement, et ceux qui me rencontraient pour la première fois me nommaient « Ousain », « Osain » ou « Üsain ». D'autres gamins m'appelaient « Insane [1] » ce qui donnait l'impression que j'étais méchant ou cinglé. C'est

seulement lorsque les filles se sont mises à scander mon prénom au lycée qu'il a commencé à me plaire. « Yooo-sain ! Yooo-sain ! », roucoulaient-elles. « Ah ouais ! ai-je pensé quand je les ai entendues pour la première fois. Usain est un nom qui sonne bien quand une fille le crie de l'autre côté de la rue. »

À l'école j'étais bon élève, surtout en maths, et quand les cours ont débuté, j'ai fait une découverte importante : j'adorais la compétition ! Dès qu'un problème était posé au tableau, j'essayais d'être le premier à le résoudre. NJ tentait de trouver le résultat avant moi, et c'est alors que se révélait mon instinct de tueur. Tout ce que je faisais, c'était pour gagner. Il « fallait » que je gagne. La place de premier représentait tout pour moi ; celle de second signifiait la défaite. Et je détestais vraiment perdre.

Mes premières années d'études se sont déroulées sans encombre, et le sport est rapidement devenu ma passion. Après m'être tant dépensé dans la brousse autour de Coxeath, j'étais désormais très vif. Quand je jouais au cricket, j'étais rapide. Ma taille m'avantageait, je grandissais beaucoup et, à l'âge de huit ans, je battais des garçons de dix ou onze ans. Je faisais la même taille qu'eux et je n'ai pas tardé à devenir premier batteur pour l'équipe de Waldensia, tout en étant surclassé deux fois.

J'avais aussi le potentiel d'un bon sprinteur. Je courais vite et, après ma victoire sur Ricardo lors de la journée du sport, je participais à ma première compétition interscolaire importante dont la récompense était une coupe en fer et plastique, ce qui changeait du riz et des pois reçus lors de ma première victoire. J'y ai gagné toutes les épreuves auxquelles j'étais inscrit. Après quelques autres compétitions en 1997, j'étais à l'évidence le gamin le plus rapide de Sherwood Content. J'ai ensuite gagné les championnats de la paroisse de Trelawny, à l'âge de dix ans. Je m'affirmais en gagnant

toutes les courses scolaires. Notre maison regorgeait de tous les trophées en plastique et des médailles que je rapportais après mes victoires, mais je ne prenais rien de tout cela vraiment au sérieux. J'aimais courir pour m'amuser. J'adorais la sensation d'arriver premier dans les courses scolaires, de battre les autres, mais en aucun cas je n'imaginais l'athlétisme comme un métier à l'époque. Comment l'aurais-je pu ? Je n'étais qu'un enfant.

Ce sport m'ouvrait des portes, pourtant. Après quelques années de compétitions au niveau scolaire et des victoires dans les réunions de paroisse sous les couleurs de Waldensia, j'ai été invité à courir le 100 mètres et le 150 mètres aux championnats nationaux scolaires. J'ai pris une raclée dans les deux épreuves, mais comme j'étais clairement le plus rapide de ma catégorie d'âge dans le nord-ouest de la Jamaïque, j'ai reçu une bourse sportive pour étudier au lycée William-Knibb, situé pas trop loin de la maison en voiture. Il se trouvait près de Falmouth, où de nombreux paquebots débarquent les touristes.

C'était une super nouvelle. William-Knibb était un endroit génial, une superbe école avec une grande tradition sportive. Un de leurs anciens élèves, Michael Green, avait disputé les JO de 1996 à Atlanta, où il s'était classé septième. Ils avaient aussi une excellente réputation en matière de cricket, mais ce sont mes qualités de sprinteur qui m'ont valu une place dans cet établissement.

Dans les lycées jamaïcains, l'athlétisme compte énormément. La passion qu'il suscite est comparable à celle qu'éprouvent les écoles anglaises pour le football, ou à l'amour des universités américaines pour le football américain ou le basket. Pour parvenir au niveau professionnel, il fallait d'abord concourir dans des réunions locales. Si vous étiez fort et que vous gagniez plusieurs meetings interscolaires au niveau junior, comme moi à Waldensia, vous

pouviez vous aligner au niveau paroissial, ou aux State Champs où le niveau était un peu plus élevé. Se faire remarquer dans les grosses compétitions au lycée ouvrait la porte au championnat national scolaire. C'est là que ça devenait intéressant. Un adolescent prometteur pouvait s'attirer l'attention flatteuse des universités américaines qui proposaient généralement des bourses d'études. Les contrats professionnels et les dollars n'étaient alors plus très loin.

Je me situais au bas de cette échelle, mais au lycée William-Knibb, on avait décidé que je disposais des qualités requises pour concourir assez rapidement dans des compétitions plus sérieuses. L'une de ces compétitions était le championnat garçons et filles intersecondaire, plus connu chez nous sous le nom de « Champs ». Aux yeux de tout étranger, ce rendez-vous pouvait passer pour une simple réunion. Mais les Champs sont à la fois le Graal de tout athlète junior en Jamaïque et une obsession nationale. En fait, c'est probablement la plus grande compétition sportive scolaire des Caraïbes.

Les Champs étaient – et restent – la pépinière de l'athlétisme jamaïcain. Ils furent organisés pour la première fois en 1910 afin que les meilleurs jeunes du pays se rencontrent. Plus de trois mille enfants s'y mesurent en mars chaque année. Les meilleures écoles sont sacrées reines de cette compétition diffusée à la télé et qui fait aussi la une de nos journaux nationaux. Alors que de nombreux pays peinent à financer des compétitions d'athlétisme pour les juniors, les Champs ont toujours été si importants que leur organisation dispose de véritables contrats de sponsoring.

Une telle motivation est compréhensible. Les quatre jours de rencontres ont lieu au National Stadium de Kingston, et les trente mille places par jour se vendent en un rien de temps. La demande est énorme, car le public veut voir la prochaine génération de

superstars nationales. Et même après que tous les billets sont vendus, des grappes de gens franchissent les barrières pour entrer quand même, ce qui fait que les gradins sont toujours bondés. Le public danse, souffle dans des cornes, des fanfares scolaires jouent à fond. Toute personne prise d'une envie pressante est en mauvaise posture, car il est quasi impossible de se frayer un chemin jusqu'aux toilettes.

Les Champs sont un terrain de chasse pour les entraîneurs jamaïcains rémunérés par le gouvernement. En 1978, notre vieux Premier ministre Michael Manley a inauguré le G. C. Foster College : un centre de formation entièrement dédié à la préparation des sportifs. C'est une des raisons pour lesquelles la Jamaïque et ses 2,4 millions d'habitants ont produit autant de médaillés d'or que les plus grandes nations du monde. G. C. Foster College a aussi formé des coachs, qui ont détecté les meilleurs juniors aux Champs et en ont fait des professionnels gagneurs de titres. Bien sûr, les directeurs d'école de tout le pays y cherchaient aussi de nouveaux talents pour ajouter à la liste de leurs anciens élèves performants. Les écoles recevaient beaucoup de soutien pour former des athlètes qui réussissaient et la directrice de William-Knibb, Margaret Lee, était une enseignante qui comprenait le sport. Après avoir eu vent de mes chronos, Mlle Lee m'a dit que le lycée paierait une partie de mes frais de scolarité sous forme de bourse sportive. Ils avaient remarqué mon potentiel. Une aide financière pour ma scolarité me semblait équitable en échange de mes performances en 1997, surtout si je progressais régulièrement et que j'allais jusqu'aux Champs quelques années plus tard. Mon père était ravi. Même s'il travaillait très dur pour la fabrique de café, nous n'avions pas les moyens de payer des frais de scolarité élevés. Nous menions une existence modeste. Cependant, mon père pensait qu'il était important que j'aie tout ce

dont j'avais besoin quand j'étais petit. Il m'aimait profondément et faisait tout pour moi. Et si je demandais quelque chose qui permettait d'avancer dans la vie, comme une paire de runnings ou une place au lycée William-Knibb, il s'assurait que je puisse l'obtenir sans problème. Je n'étais pas gâté et je n'avais vraiment pas tout ce que je voulais, mais mes parents m'ont épaulé autant que j'en avais besoin à mes débuts.

La seule chose qui m'ennuyait à William-Knibb était que l'école refusait que je continue à jouer au cricket. Pas de manière assidue en tout cas. J'avais onze ans et j'espérais pouvoir apporter mes protections et mes battes en cours d'EPS pour accomplir mon rêve de devenir un champion. Les professeurs avaient d'autres projets. Ils voulaient que je me concentre sur la course, et, la première semaine d'école, alors que je me baladais sur le terrain en comptant jouer, je me suis fait rabrouer.

« Non, Bolt, m'a dit le prof. Tu n'as rien à faire ici. Je ne peux pas te garder. La piste d'athlétisme, c'est là-bas. » Ça m'a contrarié. À la maison, ce soir-là, mon père m'a raisonné. Il m'a fait comprendre que le cricket était un sport politique plutôt qu'un sport fondé sur le talent et le travail. Il m'a expliqué que les choix du coach d'une équipe étaient parfois teintés de favoritisme, alors qu'en athlétisme, on était sélectionné sur ses chronos et ses records personnels.

« Bolt, si tu réussis en athlétisme, tu ne le devras qu'à toi-même et à personne d'autre, a-t-il insisté. Le cricket est un sport d'équipe dont le résultat peut être aléatoire. Tu pourrais y exceller, mais ne pas être sélectionné pour les matchs si le coach a un protégé. Ça arrive souvent dans la vie et c'est très injuste. En athlétisme, tu seras ton propre patron. »

Ses mots ont produit leur effet. L'idée d'être responsable me plaisait. Dès le cours d'EPS suivant, j'ai concentré mes efforts sur la piste et, pendant les douze mois qui ont suivi, je crois m'être essayé à toutes les distances : 100, 200, 400, 800 et 1 500 mètres. J'ai pratiqué les relais et même couru un cross-country, mais j'ai détesté ça. C'était beaucoup trop dur pour moi.

Finalement, j'ai choisi le 200 et le 400 mètres en compétition car je n'avais clairement ni le souffle ni la volonté de courir de plus longues distances. En tout cas pas à un niveau correct. Ces épreuves correspondaient aussi parfaitement à ma capacité de courir vite sans trop fatiguer. Tout ce temps passé dans la brousse autour de Coxeath et à faire du sport était enfin récompensé. J'étais rapide et fort sur les distances courtes à moyennes.

Le 100 mètres n'était pas envisageable, car je mesurais déjà près de un mètre quatre-vingts et je continuais à pousser. J'étais trop grand pour cette spécialité. Les coachs de William-Knibb étaient convaincus que je n'en finirais pas de déplier mon corps des starting-blocks, et qu'avant que j'en sois sorti mes adversaires auraient quasiment gagné la course. Peu importait ma relative lenteur à sortir des blocks sur 200 et 400 mètres, car mes longues foulées et ma vélocité me permettaient de faire jeu égal avec les athlètes plus petits après cinquante mètres de course, même si ma technique était un peu brute à l'époque. Je courais le menton relevé en regardant tous les autres concurrents autour de moi. Je montais très haut les genoux. Et si j'avais agité mes bras un peu plus, j'aurais sûrement décollé.

Mon style grotesque ne m'empêchait pas de dominer tous les autres gosses de William-Knibb sur la piste. Quand j'ai commencé le 200 et le 400 mètres, il m'arrivait de rouler des mécaniques, car mon physique me permettait de m'imposer facilement. En éducation

physique, tout le monde semblait particulièrement lent. Je les laissais parfois sur place dans une course, m'arrêtant avant la ligne pour la franchir premier en marchant tandis que les autres se donnaient à fond.

Un jour, alors que je courais la finale du 400 mètres d'une compétition interscolaire, je me suis trouvé au coude à coude avec le concurrent le plus rapide de la course. Il sprintait à mon côté en donnant son maximum. Ses veines gonflaient son cou à le faire exploser, et je jure que ses yeux étaient exorbités par la violence de l'effort. Pour ma part, je n'avais même pas passé la seconde. En amorçant le dernier virage, je l'ai regardé en souriant.

« À plus tard ! » lui ai-je crié, en lui montrant mes talons.

Quand il est arrivé, longtemps après moi, il avait l'air très en colère.

Je ne pouvais m'empêcher de faire l'andouille, car chaque compétition me galvanisait et gagner était une grande joie. J'avais tellement de qualités naturelles que personne ne pouvait rivaliser avec moi lors des journées de sport scolaire. Je m'inscrivais dans toutes les épreuves possibles et je les gagnais. Une fois, j'ai même participé aux concours de saut en hauteur et en longueur pour m'amuser. J'ai gagné les deux. Les autres râlaient quand j'ai reçu toutes mes médailles, et je ne pouvais pas leur en vouloir. Les garçons de William-Knibb devaient m'affronter dans toutes les épreuves, tout en sachant que la première place était déjà prise. Aucun gamin de l'école n'avait la moindre chance de me rattraper une fois que le coup de pistolet du starter avait retenti [2].

À l'école, on se rendait compte que j'étais vraiment doué. J'en étais arrivé à courir si vite à l'entraînement que les coachs me cachaient mes chronos. Il ne voulait pas que je prenne la grosse tête, car ces temps étaient hors norme pour un garçon de mon âge. J'ai su

plus tard que, lorsqu'un nouveau prof d'EPS m'avait chronométré sur 200 mètres, il avait regardé sa montre à deux fois.

« Quoi ?! avait-il dit aux autres gamins autour de lui, les chronos de Bolt sont incroyables. C'est impossible. »

Il avait remis sa montre à zéro et m'avait fait recourir. Puis encore. Et encore. À chaque fois que je passais la ligne et que je l'observais, il affichait la même mine effarée, tapotant le verre de sa montre comme si elle était cassée. Les temps y étaient toujours aussi rapides, sinon plus rapides que la fois précédente.

*

Pourtant, j'étais mon pire ennemi.

Malgré l'éducation stricte de mon père, j'étais fainéant. Je n'étais pas enthousiaste pour m'entraîner. Je ne me suis jamais fait violence. Je m'appuyais sur mon talent pour effectuer mes séances d'entraînement sans forcer. Prendre le départ et courir suffisait pour que je gagne un championnat scolaire, mais mon manque d'effort signifiait que je ne progressais pas. Les trophées et les distinctions dissimulaient de sérieux points faibles. Avec mon cou mollasson et mes genoux qui montaient trop haut, je ne ressemblais vraiment pas à un sprinteur.

Malgré mes victoires, je n'étais toujours pas capable d'encaisser les heures d'entraînement, surtout sur 400 mètres. Le travail pour le 200 mètres était difficile, mais pas tuant. J'avais seulement à faire des séries de 300 et 350 mètres. Ces exercices pénibles d'endurance qu'effectue tout athlète qui prépare la saison à venir s'appellent « entraînement foncier ». Cela procure la force et la condition physique pour courir plus longtemps à des vitesses élevées lors d'une course. Ça assure aussi un bon niveau de forme de base, et, si l'on se blesse durant la saison, on ne repart pas de zéro à la reprise.

Pour le 400 mètres, le foncier était complètement différent. Je devais répéter des séries de 500, 600 et 700 mètres. Ça me paraissait impossible, et je vomissais souvent sur la piste après les séances. Je suppliais le coach de me laisser évacuer cette souffrance. J'avais aussi des exercices de musculation très difficiles pour développer la puissance de mes jambes. Un de mes coachs les plus exigeants était une sorte d'adjudant du nom de M. Barnett. Un type vraiment épouvantable. Il nous faisait faire sept cents abdominaux par jour. Sept cents ! Le pire, c'était que tous les athlètes devaient les faire en même temps et que, si l'un d'entre nous flanchait, il nous faisait tous recommencer à zéro.

« Laisse tomber, m'étais-je dit. Je ne peux pas supporter ça. »

Dès lors, je faisais tout mon possible pour éviter l'entraînement, surtout les séances de foncier ou les séances de torture de M. Barnett.

À vrai dire, je considérais la course à pied comme un jeu plutôt que comme la raison de mon entrée à William-Knibb. À douze ans, je séchais les entraînements du soir à l'école pour aller à Falmouth, tout près, jouer avec des copains aux jeux vidéo dans une galerie commerciale. Le propriétaire des lieux s'appelait Floyd, et son installation était modeste : quatre Nintendo, soixante-quatre consoles de jeu et quatre télévisions. Jouer coûtait un dollar jamaïcain la minute, et l'argent que j'y consacrais était celui que ma mère me donnait pour le déjeuner. Super Mario Kart et Mortal Combat étaient mes jeux préférés ; j'y passais tout mon temps, et le soir j'avais mal aux mains d'avoir tenu trop longtemps la manette.

Mes bêtises m'ont rapidement valu des problèmes. Quand ma mère ou mon père me demandait comment s'était passé l'entraînement, je ne leur disais jamais que j'avais séché. Je haussais les épaules et faisais comme si j'avais travaillé très dur – un

bâillement ou deux donnaient généralement le change. Mais la rigolade s'est vite arrêtée quand une cousine a cafté. Elle venait de s'installer dans un quartier proche de la salle de jeux et savait que mon père ne voulait pas que j'y traîne. À peine m'avait-elle repéré y entrant qu'elle s'est précipitée pour le rapporter à mes parents, et mon père m'a infligé une sacrée raclée au martinet. J'étais fou de rage. J'ai été privé de galerie, et l'entraîneur en chef – un ancien sprinteur olympique nommé Pablo McNeil – a essayé de m'expliquer l'importance de l'entraînement.

« Tu réussis des chronos phénoménaux, Bolt, m'a-t-il dit. Si tu t'y mets sérieusement, imagine ceux que tu pourrais établir ! »

M. McNeil était un homme énergique, d'apparence rigide, à cheveux gris et à moustache. Du temps où il était athlète, il arborait pourtant une chevelure afro super cool. M. McNeil avait été demi-finaliste aux JO de 1964 à Tokyo, mais son expérience et son avis n'ont pas suffi. J'ai continué mes âneries. Un soir, alors que j'avais encore séché un entraînement, il a pris un taxi et s'est fait conduire à Falmouth. Il m'a trouvé chez Floyd, traînant avec des filles de William-Knibb.

Mon père n'a pas apprécié d'apprendre que mes notes étaient également très mauvaises, surtout en maths. Ma promptitude à résoudre les problèmes du temps de Waldensia s'était évanouie, et je n'arrivais pas à me rentrer dans le crâne ce qu'on nous enseignait en classe. J'étais un peu perdu. J'ai pensé : « Merde, que se passe-t-il ? » Puis j'ai tenté de me persuader que ce qu'on essayait de m'inculquer n'était pas utile.

« Quand le théorème de Pythagore va-t-il me servir dans la vraie vie ? me disais-je. Pourquoi ai-je besoin de savoir ce qu'est un triangle rectangle ? Allons donc ! »

Tout le monde voyait bien que je me fichais éperdument de l'école. Mes deux premières années à William-Knibb, j'ai fait le nécessaire pour m'en tirer de justesse. Pour me motiver, les profs essayaient de me convaincre que les matières intellectuelles me seraient utiles dans ma carrière sportive, mais ça n'a eu aucun effet parce que je n'imaginais pas un instant poursuivre une carrière en athlétisme. Pas vraiment en tout cas.

Ma prof de langues, Mlle Jackson, m'a dit un jour : « Usain, tu devrais étudier l'espagnol. Si tu deviens athlète de haut niveau, tu vas voyager, vouloir rencontrer des gens et leur parler. L'espagnol est une langue qui te serait utile. » Ça ne m'a pas inspiré plus que ça.

« Naan, me suis-je dit, je déteste l'espagnol [3]. »

Ce qui ennuyait le plus mon père dans mon attitude était les frais de scolarité annuels supplémentaires qu'il risquait d'avoir à débourser. Si je redoublais, il aurait des factures en plus. Il s'est à nouveau fâché. J'ai encore reçu des coups de martinet.

« Si tu redoubles, Bolt, c'est terminé ! a-t-il hurlé un soir. Tout peut arriver en athlétisme – une blessure et ça en serait fini de ta vitesse. Si tu n'as pas une autre corde à ton arc, que feras-tu de ta vie ? »

Pour m'inciter à me concentrer davantage, il a alors décidé de me réveiller à cinq heures et demie du matin. C'était dingue. L'école ne commençait qu'à huit heures et demie, mais il me voulait debout aux aurores. Je grognais chaque fois que le réveil sonnait.

« Alors ? criait-il lorsque je restais au lit. Pourquoi tu es si fainéant ? »

Heureusement, ma mère était beaucoup plus indulgente. Dès que mon père partait travailler, elle me laissait me recoucher. Et pour

s’assurer que je ne sois pas en retard à l’école, elle appelait un taxi qui m’y emmenait.

*

Je ne le comprenais pas à l’époque, mais ma fainéantise à l’entraînement pesait sérieusement sur mes performances en compétition. J’étais incontestablement le meilleur coureur de William-Knibb, mais lors des championnats régionaux, je me faisais toujours botter les fesses par un gars du nom de Keith Spence, de Cornwall College. Et ça m’énervait vraiment.

Spence était un métis hyper musclé. À l’école, on disait que son père était « très dur ». J’ai appris plus tard qu’il forçait Keith à passer son temps à la salle de musculation. Ça lui donnait un avantage sur moi. Sa musculature était plus aboutie et paraissait plus mature, même si nous n’avions tous les deux que treize ans. Ses abdominaux en acier lui apportaient de la puissance supplémentaire sur la piste, et je ne pouvais pas le battre, quelle que soit l’ardeur que j’y mettais. Parce que j’avais négligé la musculation et séché trop de séances d’abdos de M. Barnett, j’avais pris du retard sur mes adversaires. Mais me faire battre par Keith Spencer m’était aussi pénible que de faire sept cents abdos, et, après une nouvelle défaite en compétition régionale en 1999, j’ai décidé que c’en était assez. J’étais furieux et mon agacement m’a permis de retrouver ma motivation. Comme lors de ma course contre Ricardo Geddes, avec la promesse de M. Nugent de m’offrir un panier-repas, j’avais un objectif. Je voulais vaincre ce gars coûte que coûte.

« Keith Spence… », me suis-je dit sur le chemin du retour à la maison après ma défaite. « Ça n’arrivera plus. » C’était un autre grand défi, j’avais un nouvel adversaire sérieux, et l’heure était venue d’être à la hauteur. J’ai commencé à m’entraîner un peu plus

dur, j'ai travaillé et travaillé pendant les vacances d'été et comme je m'investissais de plus en plus à l'entraînement, un événement s'est produit. J'ai vu pour la première fois ce que représentaient les Jeux olympiques quand on m'a montré des vidéos de ceux de 1996, à Atlanta.

Ces images m'ont profondément impressionné ; elles faisaient partie des plus surprenantes que j'aie jamais vues, notamment parce que la possibilité de regarder n'importe quelle épreuve olympique était rarissime en Jamaïque. Nous ne disposions tout simplement pas de la technologie ou des moyens financiers pour diffuser des compétitions sportives de haut niveau à la veille du XXIe siècle. Si une chaîne de télévision de Kingston avait voulu diffuser les JO à l'époque, ça lui aurait coûté une fortune. Il n'y avait pas non plus de chaînes du satellite et du câble à Sherwood Content. Pour obtenir une image claire de l'étranger, il fallait une antenne pour espérer une réception correcte. Il ne suffisait pas de tourner un bouton pour regarder ESPN ou SkySport comme c'est le cas aujourd'hui. Regarder la télé demandait de sérieux efforts, et la diffusion de compétitions d'athlétisme sur petit écran était un événement pour moi.

Cette découverte était également fondamentale parce qu'elle m'a révélé à quel point le 100, 200, 400 et même ce sacré 800 mètres étaient populaires dans le monde entier, et pas seulement en Jamaïque. C'était une épreuve bien plus importante que les championnats interscolaires ou paroissiaux auxquels j'avais participé. Même la foule de trente mille spectateurs des Champs paraissait dérisoire à côté. J'ai compris que les JO étaient un événement mondial majeur. Jusque-là, je n'avais pas soupçonné l'importance internationale du sprint.

Mais la partie la plus merveilleuse a été de découvrir Michael Johnson sur cette vidéo ancienne : un athlète américain qui courait le 200 et le 400 mètres. Mes distances. Il avait gagné les deux épreuves et amélioré le record du monde du 200 mètres avec un chrono de 19 secondes 32. Ça c'était exaltant ; mais ce qui m'a le plus marqué alors que je le regardais s'envoler vers la victoire, c'était son dos droit comme un I et ses yeux plantés au-delà de la ligne d'arrivée. Je n'avais jamais vu quiconque courir comme ça.

J'étais incapable de comprendre comment il faisait. Johnson avait l'air fluide, et ses courses remplies d'aisance. Même lorsqu'il fatiguait vers la fin de la finale du 400 mètres – les secondes durant lesquelles les muscles brûlent –, son corps restait tout droit. Alors qu'il franchissait la ligne en vainqueur, je me souviens avoir pensé : « Je veux devenir comme Michael Johnson. Je veux être champion olympique. » C'était la première fois que cette pensée me venait à l'esprit.

Ça n'augurait rien de bon pour Keith Spence. Lors de mon entraînement suivant, j'ai essayé de copier le style de Johnson. Je suis sorti des starting-blocks et j'ai hissé mon corps dans la même position rigide, mais je me suis fait très mal au dos et j'ai renoncé très rapidement. Ça ne m'a cependant pas découragé de progresser. J'ai regardé des vidéos, de vieux films, des documentaires qui m'ont enseigné l'histoire des Jeux olympiques et des grands athlètes jamaïcains comme le coureur de 400 mètres Herb McKenley et celui de 400 et 800 mètres, Arthur Wint, qui fut le premier champion olympique jamaïcain, en 1948.

C'est alors qu'un coach m'a montré une cassette vidéo de Don Quarrie, le champion olympique jamaïcain du 200 mètres en 1976 aux Jeux de Montréal. Et si les courses de Michael Johnson m'avaient semblé fluides, il avait l'air d'un robot par rapport à Don

Quarrie. Ce dernier abordait le virage avec une telle grâce que cela ressemblait à de l'art.

J'ai immédiatement voulu parfaire cet aspect de ma course et, à la séance d'entraînement suivante, j'ai commencé à l'imiter dans le virage.

Avoir observé ces athlètes me montrait clairement que j'avais beaucoup à apprendre sur l'épreuve du 200 mètres. J'avais de nombreux détails techniques à assimiler après la sortie des blocks, d'autant que j'étais très grand. Idéalement, un sprinteur doit prendre son virage le plus près possible de la ligne intérieure de son couloir, car c'est le moyen le plus efficace de couvrir le moins de distance possible sur un 200 ou un 400 mètres. Un peu comme Lewis Hamilton lorsqu'il coupe ses virages dans une course de Formule 1.

Pour Quarrie, coller à la ligne sur 200 ou 400 mètres était un jeu d'enfant parce qu'il était petit. Son centre de gravité était bas ; il pouvait contrôler ses foulées plus courtes. Ça signifiait qu'il ne bougerait pas trop dans son couloir et qu'il ne perdrait pas de temps. Je ne pouvais pas en faire autant. J'ai vraiment essayé, mais dès que je prenais de la vitesse, mes grandes jambes me jetaient de droite à gauche du couloir car je peinais à les contrôler.

Pour tenter de résoudre ce problème, j'ai passé des heures à m'entraîner et j'ai rapidement compris que je devrais courir les premiers cinquante mètres d'un 200 mètres au milieu de mon couloir. Cela fait, au moment où j'atteindrais ma vitesse maximale, je pourrais m'approcher de la ligne intérieure pour finir le virage plus efficacement. À ce stade de la course, j'aborderais la ligne droite comme un avion de chasse en me replaçant au milieu de mon couloir. C'était ma théorie en tout cas. Mais la mettre en pratique n'a pas toujours été évident.

D’un coup, j’étais très excité par le 200 mètres. Perdre face à Keith Spence m’avait inspiré cela et pendant l’année suivante, j’ai commencé à améliorer ma technique de course. Mais un autre facteur m’avait également aidé à progresser : j’avais encore grandi. J’avais quatorze ans et je mesurais près de un mètre quatre-vingt-huit quand je me suis présenté aux championnats régionaux, un an plus tard. Ma foulée était vraiment longue, et, sur la ligne de départ du 200 mètres, Keith Spencer n’avait plus d’avantage sur moi. Il avait l’air aussi mauvais que d’habitude ; il était fin prêt. Mais j’étais plus grand, plus affûté et beaucoup, beaucoup plus rapide dans le virage qu’avant.

« Bang ! » Le coup de pistolet a retenti. Grâce à ses muscles, Spence a jailli des starts très rapidement, mais une fois dans le virage, il n’a pas tenu. J’en suis sorti avec puissance ; j’avais commencé ma course au milieu de mon couloir et maintenu une cadence régulière. Atteignant ma pleine vitesse, je m’étais légèrement décalé. Je courais très près de la ligne intérieure de mon couloir, et quand j’ai abordé la ligne droite, chaque foulée me propulsait de plus en plus loin devant mon adversaire. J’ai jeté un coup d’œil derrière : il se battait pour ne pas lâcher, mais j’ai franchi la ligne d’arrivée bien avant lui. « Ouais, je l’avais eu ! »

Ça a été l’occasion d’une grande découverte pour moi. Je devais courir le 200 mètres dans un style efficace.

J’avais aussi désormais une devise résumant mes dispositions envers mes adversaires pour le reste de ma carrière. « Si je te bats dans une grande compétition, tu ne me battras plus jamais ensuite. » Dorénavant, un très bon athlète que j’avais battu ne me dominerait plus jamais. J’avais la supériorité et la confiance pour gagner encore et encore. Ça avait été une étape psychologique, et le comprendre m’avait donné un mental de champion. J’ai réalisé que, oui, un

autre coureur pouvait me battre dans une petite compétition – une épreuve qui ne comptait pas –, mais que, dans un vrai championnat comme ma première course scolaire à Waldensia ou les Champs, ça ne se produirait pas. Point final. Je l'avais prouvé face à Ricardo Geddes, puis de nouveau avec Keith Spence. Je m'étais surpassé. Tout mon entraînement avait porté ses fruits, et la victoire était devenue une habitude.

4

Alors que les simples mortels tremblent, une superstar se surpasse dans les grands moments

Je n'ai pas cessé de progresser. Mes adversaires chez les juniors s'écroulaient devant moi comme des dominos, et, après Keith Spence, j'ai entamé une série gagnante au niveau régional. J'étais super fort. Mais, malgré mes victoires, l'athlétisme n'était pour moi qu'un jeu.

Cette insouciance était idéale pour un athlète : j'étais relax avant chaque course, je ne m'inquiétais pas de mes performances ; je n'étais pas stressé par les rendez-vous cruciaux où la concurrence était rude. Et je ne m'en faisais vraiment pas au sujet de mes courses, contrairement à tous les autres garçons. Ils devenaient nerveux à l'approche du départ et ne pensaient qu'à pulvériser leurs records personnels. J'affichais la confiance d'un champion et j'étais très détendu.

Après ma victoire sur Spence, je me suis entraîné un peu plus dur, mais pas beaucoup plus. Le talent pur suffisait encore à me faire gagner la plupart des courses ; j'ai simplement fourni quelques efforts supplémentaires. Bien sûr, il m'arrivait encore de sécher

l'entraînement, mais ce n'était jamais pour longtemps, car Coach McNeil me retrouvait toujours. Il râlait et me faisait la leçon en me traînant jusqu'à l'école, mais une fois que nous avions commencé la séance d'entraînement sur la piste, je réalisais quasiment tout le programme qu'il avait prévu pour moi.

Néanmoins le travail n'explique pas tout. Prenons par exemple les Champs, au National Stadium de Kingston. Je me suis qualifié dès ma première participation en 2001. Je venais d'avoir quatorze ans, et sincèrement aucun entraînement n'aurait pu m'y préparer tellement c'était énorme. Lorsque j'y suis arrivé pour la première fois, j'étais sidéré. Le National Stadium était en folie ; c'était une enceinte en forme de bol avec une piste coulée dans le sol et ceinte d'une immense tribune bondée. Ce jour-là, je m'étais pris pour un véritable athlète. Ce stade était conçu pour des grosses compétitions. Il était exactement comme je l'avais imaginé en regardant la télé ou en lisant les journaux. Les spectateurs étaient surexcités, tout le monde criait. C'était comme un terrain de foot en Amérique du Sud, avec des supporteurs totalement passionnés. Avant chaque course, au moment où les coureurs se plaçaient dans les couloirs, leurs camarades des différentes écoles hurlaient à pleins poumons, et il était impossible d'entendre quoi que ce soit. En pénétrant dans le stade pour ma première série du 200 mètres, ces hurlements ont fait grimper mon adrénaline. Les gens tapaient sur des tambours et jouaient de la trompette. L'énergie que ça insufflait dans tout le stade donnait la chair de poule. Avec cette ambiance de folie, les Champs ressemblaient à un mélange du Superbowl, de la finale de la Ligue des champions et des Jeux olympiques.

Je courais dans la catégorie 2[1], celle des moins de seize ans. Ça signifiait que j'étais l'un des plus jeunes concurrents sur la ligne de départ, et, à mon âge, une ou deux années d'écart pouvaient

constituer un handicap en termes de puissance physique ou de capacité technique. Mais je ne me suis pas laissé décourager par ça ; j'étais là pour tenter ma chance, et, comme je dépassais d'au moins une tête tous mes adversaires, on pouvait penser que j'étais le plus vieux de l'épreuve.

Lors d'une compétition comme les Champs, il fallait savoir garder la tête froide, car le stress a tendance à submerger les jeunes athlètes et bien sûr à les fragiliser. La réputation et le prestige de l'école étaient en jeu et imposaient la réussite. Tout le monde se surpassait pour que l'équipe d'athlétisme de son école soit la meilleure de la Jamaïque, et j'allais devoir sortir le grand jeu si je voulais que William-Knibb ait une chance de gagner quoi que ce soit. La compétition fonctionnait avec un système de points par équipe, et les résultats individuels étaient additionnés pour parvenir au score final. Ma contribution était donc essentielle, et la pression importante. Les profs de William-Knibb expliquaient à l'envi que les Champs étaient un formidable tremplin vers la gloire et faisaient éclore les stars jamaïcaines. Don Quarrie, Herb McKenley et la coureuse de 200 mètres Merlene Ottey avaient tous brillé aux Champs avant d'aborder la scène mondiale. Et puis, une réussite lors de cette compétition, c'était la promesse d'un avenir après l'école : tous les bons juniors en âge d'avoir le bac pouvaient prétendre à une bourse sportive dans une université américaine en se faisant remarquer au National Stadium. Quant aux plus jeunes, ils avaient là une occasion d'être repérés pour de futures sélections. Je n'en étais pas là. J'étais surtout ébahi par la piste, le stade et les fans. Mais, malgré mon âge et mon manque d'expérience face à un tel public, je n'étais ni énervé ni effrayé. Sur le 200 mètres, j'ai passé facilement les tours jusqu'à la finale et j'étais ravi. Ça n'était pour moi qu'une compétition comme les autres. « Bang ! » À peine sorti

des blocks, j'ai quasiment dominé tous mes adversaires, gagnant la médaille d'argent en 22 secondes 04. Dans les tribunes, les supporteurs de William-Knibb exultaient. Tout le public semblait enchanté. L'ambiance était démentielle.

Dès ma première course, j'avais été repéré. Dès la deuxième, j'étais devenu le centre d'intérêt des fans d'athlétisme du pays. En finale du 400 mètres, je devais affronter Jermaine Gonzales[2], un sprinteur puissant et vif. Quand il courait, il ressemblait à un tourbillon de membres et de cheveux tressés. Jermaine était le champion national en titre à l'époque, et je savais qu'il avait l'avantage ; mais j'étais conscient aussi qu'il y avait très peu de différence entre nous sur le plan technique, et que je devrais le battre en utilisant mon cerveau plutôt que ma vitesse pure.

Les mois précédents, j'avais commencé à m'intéresser à la tactique de course. Comme un entraîneur de football, je m'étais mis à établir des stratégies avant les compétitions. Alors que j'affrontais les meilleurs jeunes athlètes jamaïcains, j'avais compris qu'il fallait faire preuve d'intelligence et de sens de la stratégie pour gagner. Avant les compétitions, je cherchais à pointer les forces et les faiblesses de mes adversaires. Je les observais pendant les séries pour décortiquer leur style de course et la façon dont ils abordaient l'épreuve. Souvent, mon premier souci dans un championnat, c'était de voir si je devais changer mes plans pour dominer un adversaire fort. La plupart du temps, je savais que je serais assez rapide pour gagner sur mon seul talent, mais j'employais parfois la stratégie pour franchir la ligne en tête.

Une semaine avant les Champs, NJ et moi nous étions retrouvés à la bibliothèque de l'école pour discuter tactique. Nous avions fréquenté William-Knibb tous les deux, mais, alors que j'excellais dans le domaine des muscles, NJ utilisait sa cervelle ; il avait des A

partout. Il était très au fait des subtilités de l'athlétisme, et – comme moi – c'était un passionné de sport. Pendant que les autres élèves étaient penchés sur leurs livres et gribouillaient dans leurs cahiers, NJ disséquait le style de course de Jermaine. Nous chuchotions comme des espions préparant une attaque secrète.

« Je sais qu'il est bon sur 400, disait NJ. Aussi bon que toi, mais je pense que tu es plus rapide sur 200 mètres. » Je hochais la tête.

« OK… Et ?

— VJ, si tu attaques dès le premier virage, et la première partie du 400 mètres aussi, ça le déstabilisera, surtout si tu sors des starts en tête. Un bon départ peut paniquer Jermaine, casser son rythme et le forcer à allonger sa foulée. C'est comme ça que tu peux gagner, car il en oubliera sa technique, et tu n'auras plus qu'à y aller à fond. »

Aux championnats suivants, j'ai appliqué la tactique de NJ et « Pan ! », au coup de pistolet, j'ai démarré aussi vite que j'ai pu. J'étais cinq mètres devant Jermaine au premier virage et, alors qu'il se poussait dans une tentative désespérée de me rattraper, je l'ai entendu hurler. Comme NJ l'avait prédit, il avait paniqué, allongé sa foulée et s'était claqué un ischio-jambier. Il ne me restait plus qu'à tracer dans la dernière ligne droite pour gagner.

NJ et moi avions le sentiment d'être de vrais cerveaux. Nous avons appris plus tard que Jermaine était déjà blessé avant la course, mais ma décision de mener une course tactique m'avait fait progresser. Ce fut un véritable tournant dans mon apprentissage. On me présentait désormais comme un médaillable, une star en devenir, et ma deuxième place m'offrait une sélection pour représenter la Jamaïque aux Jeux de la Carifta de 2001 à la Barbade : une compétition junior organisée tous les ans par la Caribbean Free

Trade Association qui se tient alternativement dans les différentes îles comme Trinité-et-Tobago ou les Bermudes.

Cette étape marquait un véritable changement de catégorie. Les Carifta sont une compétition qui rassemble les meilleurs athlètes juniors des Caraïbes. C'était aussi la première fois que je représentais mon pays. Mais, même si j'enfilais le maillot jamaïcain pour un rendez-vous international, je n'avais toujours pas le sentiment qu'il s'agissait de quelque chose d'exceptionnel. Pour moi, les Carifta n'étaient qu'une compétition de plus. J'y ai gagné la médaille d'argent sur 200 mètres et établi un nouveau record personnel de 48 secondes 28 sur 400 mètres.

Cette première sélection a été pour moi une véritable aventure. En embarquant pour la Barbade, je quittais la Jamaïque pour la première fois de ma vie. Je me suis d'abord senti en vacances, puis j'ai eu le cafard, et ma mère a commencé à me manquer. Une nuit, incapable de trouver le sommeil, je me suis mis à pleurer, car je voulais rentrer à la maison. À l'époque, je ne supportais pas d'être loin de chez moi trop longtemps. Mais la Fédération jamaïcaine d'athlétisme (JAAA) voyait plus loin que mon manque de maturité et mes pleurs de gamin. On m'avait concocté un programme sérieux. Mes courses et mes chronos paraissaient prometteurs et très peu de temps après la Barbade, j'ai été de nouveau sélectionné. Cette fois, il s'agissait de porter les couleurs jamaïcaines aux championnats du monde d'athlétisme jeunesse de l'IAAF (l'Association internationale des fédérations d'athlétisme) à Debrecen, en Hongrie. Là, j'ai vraiment paniqué.

« En Hongrie ? N'importe quoi… ai-je pensé en apprenant la nouvelle. Mais c'est où ? »

J'ai longtemps cherché sur une carte du monde. J'ai mis des siècles à dénicher la Hongrie, et, quand je l'ai finalement trouvée

quelque part au beau milieu de l'Europe, Debrecen m'est apparue comme les antipodes de la Jamaïque. Quelle expédition ! On a d'abord pris l'avion pour Londres, puis un bus entre deux aéroports, puis un autre avion pour la Hongrie, et on nous a encore conduits au milieu de nulle part. Le voyage était interminable.

« Oh, ça rigole pas, me suis-je dit en regardant tomber la pluie hongroise et défiler les nuages gris par la fenêtre du car. [Croyez-moi, cette pluie n'avait rien de commun avec notre soleil liquide.] Si on m'a amené jusqu'ici, c'est qu'il doit se passer quelque chose de très important. » Pour la première fois, je prenais conscience de mon potentiel, mais ce voyage en Europe m'a ouvert les yeux sur bien d'autres points. La nourriture était étrange, le temps froid, et je me rappelle que tout le monde s'excitait à propos de l'eau en bouteille. « Elle était gazeuse ! » Ça peut paraître naïf aujourd'hui, mais j'étais un petit Jamaïcain qui n'avait jamais goûté d'« eau qui pique » ; ça m'a terriblement perturbé. Je me souviens de ma première gorgée ingurgitée dans un supermarché, tandis que les autres s'esclaffaient. L'eau pétillante a rapidement fait le chemin inverse. J'avais des bulles partout – dans la bouche, dans la gorge, dans le nez, il y en avait sûrement même qui me sortaient des oreilles.

Ce truc me répugnait, mais après avoir couru le 300 mètres d'un « medley[3] », un ou deux jours plus tard, je me suis ravisé. Mes muscles étaient endoloris, et mes poumons brûlaient. Comme je me relevais de la piste, quelqu'un m'a tendu une bouteille d'eau gazeuse, et j'ai oublié son goût horrible. J'en ai descendu deux litres en un temps record.

*

Je ne m'attendais pas à gagner quoi que ce soit en Hongrie. J'avais quatorze ans, et les championnats du monde jeunesse étaient

une compétition pour les moins de dix-huit ans. De nouveau, beaucoup de gens plus âgés que moi avaient été invités ; j'étais là pour faire de mon mieux, mais contrairement aux Champs, mon mieux n'a pas été suffisant. J'ai été mauvais sur le 200, le 400 mètres et le medley. J'ai même été éliminé en demi-finale du 200 mètres, ce qui ne m'était jamais arrivé. Tant pis pour les idées que la fédération se faisait sur mon potentiel.

Je me rendais compte que les choses changeaient, que les frontières évoluaient. À quinze ans, j'ai battu les records du 200 et du 400 mètres des Jeux de la Carifta établis en 2002 à Nassau, et, alors que je quittais la piste, le public s'est mis à crier : « Bolt l'Éclair, Bolt l'Éclair ! » Ça m'a donné des frissons. Mes performances m'avaient valu un surnom. La même année, j'ai refait la même chose aux championnats d'Amérique centrale et des Caraïbes juniors. J'étais tellement plus rapide que les autres dans ces disciplines que c'en était ridicule. Je dominais des adversaires plus âgés parce que je me développais physiquement plus vite qu'eux.

Mais le vrai test, je le savais, ce serait les mondiaux juniors de l'année suivante. Considérés par le milieu de l'athlétisme comme les Jeux olympiques des lycéens et des étudiants du monde entier, ils seraient pour moi l'occasion rêvée de me faire un nom. J'étais costaud, physiquement et mentalement ; bien plus qu'à Debrecen, en Hongrie. J'avais atteint ma taille adulte, je mesurais un mètre quatre-vingt-seize. Personne au monde n'avait une foulée de la longueur de la mienne sur 200 ou 400 mètres.

La chance était avec moi, car cette prestigieuse compétition était organisée à Kingston, à la maison, et non dans une ville pluvieuse d'Europe de l'Est. Ça signifiait que je n'aurais pas à voyager, ni à me geler les fesses ni à boire de l'eau gazeuse. Mais la médaille avait un énorme revers. En tant que local de l'étape, j'étais attendu au

tournant. Je devais gagner. Les fans me considéraient comme leur grosse chance de victoire à domicile. Les Champs m'avaient fait connaître, et mes records aux Carifta m'avaient mis en position de favori sur 200 mètres. Pour la première fois, je connaissais la pression ; ce fut un véritable stress.

Je suppose que l'enthousiasme à mon égard était en partie justifié. Je courais régulièrement en 21 secondes dans les compétitions scolaires, ce qui était impressionnant pour un gamin de mon âge. Mais à l'approche des mondiaux juniors, j'ai réussi 20 secondes 06. Grâce à ces résultats, j'ai compris que quelque chose d'extraordinaire pourrait se produire et que je pourrais faire des ravages. Mon Coach McNeill m'a apporté à l'entraînement la liste des vingt meilleures performances mondiales juniors de l'année. Quelle déception : je n'étais que sixième !

Sixième.

Les deux meilleurs, des Américains, couraient en 20 secondes 47 et 20 secondes 49 ; un autre en 20 secondes 52, et encore un autre en 20 secondes 55. J'ai d'abord considéré ça comme un défi. « Qu'est-ce que c'est que ce bordel, ai-je pensé. Il faut que je m'y mette sérieusement. »

Puis le doute m'a envahi. Je ne voulais plus courir, je ne voulais pas me battre. Perdre contre ces gars-là aurait déjà été dur dans un stade étranger, mais l'idée que ça arrive alors que je portais le maillot jamaïcain devant mon public me terrifiait. J'ai décidé que le jeu n'en valait pas la chandelle.

« Nan, je n'y vais pas, me suis-je dit. Je ne suis pas aussi fort que je le croyais et je n'ai aucune chance de médaille. C'est inutile. »

J'ai expliqué mon point de vue au Coach McNeil. Il était déçu et a tenté de me raisonner, mais je n'ai pas cédé.

« J'ai pris une raclée aux championnats du monde jeunesse, ai-je dit. Prendre le départ pour me faire à nouveau dérouiller ne m'amuse pas du tout. »

Mon assurance et ma confiance en moi m'abandonnaient pour la première fois, sans doute parce que je n'avais jamais connu ni la pression ni les attentes de toute une nation. Tout cela était nouveau. Mes courses précédentes m'avaient amusé, même lorsque j'avais représenté la Jamaïque aux Carifta. Mais cette nouvelle charge émotionnelle, celle qui paralysait mes adversaires aux Champs et dans les compétitions scolaires – et qui d'ordinaire me glissait dessus – signifiait que je serais incapable de me concentrer convenablement sur ma course.

Le coach ne s'est pas avoué vaincu pour autant. Il m'a demandé de participer à des entraînements tous les week-ends pour voir si je pouvais améliorer mes chronos. Il avait sûrement raison, mais j'en ai détesté chaque instant. Je ne cessais de penser : « Tu vas te faire botter le cul par ces gars si tu y vas. Laisse tomber. » Tous les soirs, je me lamentais à la maison. Après l'entraînement, je maudissais les mondiaux juniors, mon programme d'entraînement et mon coach. J'étais excédé. Un soir, alors que je venais de me plaindre auprès de ma mère, je me suis assis dans la véranda de notre maison de Coxeath pour regarder la vie passer et me détendre. C'était là que j'aimais me réfugier quand j'étais contrarié. C'était un endroit tranquille, et la vue s'étirait au-delà de la brousse, des champs de canne à sucre jusqu'aux montagnes de Cockpit County. C'était bien, ça m'aérait la tête.

Alors que je me relaxais, ma mère et ma grand-mère m'ont rejoint. Mon attitude les chagrinait, et je savais qu'elles souhaitaient aborder le sujet des mondiaux juniors. Je ne voulais rien entendre,

mais je ne pouvais pas passer au travers, car elles s'étaient installées de chaque côté de mon fauteuil. J'étais coincé.

« Maman, non…

— Pourquoi tu n'y mets pas du tien ? » m'a-t-elle demandé en passant son bras autour de mes épaules. Vas-y et tente le coup. Il n'y a pas de quoi s'inquiéter. »

J'ai senti ma gorge se nouer. L'émotion et le stress débordaient. Je me suis mis à pleurer.

« Mais maman, je ne peux pas.

— Ne te mets pas dans tous tes états, VJ. Fais de ton mieux. Quoi qu'il arrive, nous l'accepterons. Nous serons fiers de toi. »

J'ai séché mes larmes. Il fallait que je m'endurcisse.

« Ça, c'est bien les parents, ai-je pensé. Si maman dit que je dois le faire, je n'ai pas vraiment le choix. Je ne peux pas la trahir. »

Le lendemain, à l'entraînement, j'ai annoncé la nouvelle au Coach McNeil : « Coach, j'ai changé d'avis pour les mondiaux juniors… » Il a souri, l'air content ; il avait également de bonnes nouvelles pour moi. Il agitait une planchette à pince, l'air excité.

« Usain, les gars qui ont couru vite cette année ne viendront pas, m'a-t-il dit. Ils sont trop vieux pour s'aligner dans la catégorie des moins de vingt ans. »

Apparemment, l'Américain le plus dangereux sur 200 mètres avait été remplacé par de plus jeunes athlètes avec des chronos beaucoup plus lents que mon record personnel de 20 secondes 60. Mon humeur s'est éclaircie. C'était comme si on m'avait ôté un poids des épaules. « Hum, que de bonnes nouvelles, ai-je pensé. Allons-y ! »

Cette discussion, lorsque j'y repense, a été l'un des tournants de ma carrière. Je ne voulais pas disputer les mondiaux juniors parce que j'étais démoralisé : mes chronos sur 200 mètres n'étaient pas

aussi impressionnants que ce que je pensais, et j'imaginais que j'allais perdre. Mais j'ai changé d'avis quand j'ai compris que j'avais une chance de gagner : mon état d'esprit s'est modifié. J'ai commencé à me réjouir et, à mesure que les semaines passaient, j'étais de plus en plus impatient.

À l'entraînement, je courais plus vite, je ne séchais plus les séances et je ne suis plus allé chez Floyd pendant un moment. Ma seule inquiétude concernait le public. Je ne voulais pas le décevoir. Je ne pouvais pas. Les mondiaux juniors étaient bien plus importants que les Champs : c'était une épreuve internationale, et ma course serait retransmise par toutes les télés du monde. Je savais que je pouvais endosser les attentes à mon égard lors des compétitions scolaires, mais celles de tout un pays ? C'était une pression énorme qui m'affectait.

« Wouah, et si je me plante ? », m'interrogeais-je lors d'une nuit d'insomnie.

J'avais des excuses pour m'affoler ainsi. Je n'avais que quinze ans et, dans cette catégorie des moins de vingt ans, j'allais affronter des athlètes de trois ou quatre ans mes aînés. Le premier jour de la compétition, lorsque je suis arrivé sur la piste pour effectuer mes premiers tours, tout correspondait à ce que j'avais imaginé. C'était même mieux. On était bien loin des Champs. Dès la première course, les tribunes du National Stadium étaient bondées. La clameur des encouragements pour les athlètes nationaux – nous – m'écorchait les tympans ; ma tension était à son comble.

Malgré ma nervosité, j'ai survolé les séries qualificatives et les demi-finales. Je me sentais parfaitement au point. La finale a eu lieu par une chaude soirée, typique de Kingston. L'air était bouillant et sec, mais je gardais mon sang-froid. J'ai repensé à ce que m'avait dit

ma mère sous la véranda. Peut-être avait-elle raison, après tout ? Peut-être qu'il n'y avait pas de quoi s'en faire.

J'ai enfilé mon short et mon maillot. La meilleure athlète jamaïcaine que je connaissais s'appelait Anneisha McLaughlin. Elle était en finale du 200 mètres, et j'ai décidé d'aller sur la piste la regarder ainsi que quelques autres épreuves. Je voulais m'imprégner de l'atmosphère.

Ce fut une grossière erreur. Alors que je rejoignais l'enceinte par le tunnel, j'ai aperçu la foule. Elle criait, hurlait, agitait des drapeaux jamaïcains et tapait sur des tambours. J'ai d'abord cru que la course d'Anneisha avait commencé et j'ai pressé le pas. Ce n'est qu'une fois au bord de la piste que j'ai compris qu'il n'y avait aucune épreuve en cours.

« Merde, qu'est-ce qui se passe ? », me suis-je dit.

Une clameur s'est mise à parcourir le stade. Elle venait d'une tribune et se répandait comme une lame de fond.

« Bolt ! Bolt ! Bolt l'Éclair ! »

Les fans scandaient mon nom. Il retentissait dans le stade et m'arrivait. C'était écrasant. J'ai réalisé que j'étais le seul concurrent jamaïcain de la finale du 200 mètres ce soir-là. Ces gens qui manifestaient bruyamment dans le National Stadium me prodiguaient leurs encouragements.

« Bolt ! Bolt ! Bolt l'Éclair ! »

Ça m'a mis dans un drôle d'état. Au moment de courir le 200 mètres, mes jambes étaient toutes molles, et mon cœur battait à tout rompre. Je me sentais incapable de marcher, alors courir… Je me suis assis dans mon couloir avec l'impression de vivre une scène au ralenti. Les autres arpentaient la piste, s'échauffaient, s'étiraient. Ils paraissaient parfaitement calmes, et j'étais hypnotisé par les fans gesticulant et hurlant dans les gradins. J'ai entendu qu'Anneisha

avait terminé deuxième de sa finale, ce qui a encore ajouté à ma tension. J'étais maintenant la seule chance de médaille d'or du pays aux mondiaux juniors. Il m'a alors semblé que mon cerveau se réduisait en bouillie.

« Nom de Dieu, ai-je pensé. Ces gens sont fous. »

J'étais terrifié.

« Comment ai-je pu m'infliger ça ? Je savais que c'était une mauvaise idée. »

Je n'avais jamais ressenti une telle pression de toute ma vie.

« J'ai quinze ans, les autres en ont dix-huit, dix-neuf. Je ne pourrai pas… »

Pourtant quelque chose me disait d'y aller. Je devais d'abord chausser mes pointes, mais défaire les lacets s'est avéré une épreuve en soi. J'ai tenté d'enfiler la première, mais – sans que je m'explique pourquoi – ça ne rentrait pas. J'ai tiré sur l'arrière, en essayant désespérément d'y introduire mes orteils. Rien à faire. J'y ai enfoncé les doigts et dégagé la languette. Toujours pas moyen. Ce n'est qu'en regardant mes pieds après deux bonnes minutes de ce bricolage que j'ai compris que j'essayais de rentrer mon pied gauche dans ma chaussure droite. C'est dire à quel point j'étais fébrile.

Le stress provoque des comportements étranges. Moi, je me liquéfiais. J'ai tenté de me lever, de rester debout, de trottiner, mais j'étais complètement ramolli. Je me suis donc rassis. Tous les autres faisaient leurs accélérations, les derniers préparatifs habituels, tandis que je cherchais une issue de secours. Quelque chose, n'importe quoi pour me sortir de là.

C'était vraiment bizarre. Devant les starting-blocks, j'ai réussi à me calmer pendant une ou deux secondes, mais quand le speaker m'a présenté, tout le stade s'est bruyamment réveillé. On aurait dit que le toit allait s'envoler tant la clameur était forte.

« Oh, mon Dieu… ai-je pensé. Qu'est-ce que c'est que ça ? »

« À vos marques ! »

Je me suis installé dans les blocks et j'ai commencé à transpirer abondamment.

J'étais clairement très mal.

« Prêt ! »

« Ne te plante pas… »

« Bang ! »

J'étais paralysé, incapable de bouger, et j'avais l'air complètement idiot. J'étais coincé dans mes blocks, comme si mes pointes et mes mains étaient enduites de super glue. J'ai eu l'impression de mettre une à deux secondes avant de réagir au coup de pistolet, et, quand j'y suis parvenu, les autres étaient déjà loin. J'étais bon dernier à cause de mon temps de réaction de tortue, mais je n'avais pas dit mon dernier mot.

Quand j'ai enfin décollé, tout a changé. J'avançais très vite. Je me rapprochais de plus en plus des autres à l'entrée de la ligne droite, fluide comme Don Quarrie, et j'ai atteint ma vitesse maximale. Je ne peux expliquer ce qui s'est produit pendant les quelques secondes suivantes, car je ne m'en souviens honnêtement plus du tout. J'avais la sensation que quelqu'un ou quelque chose me poussait. C'était comme si une force extérieure me guidait. Comme si mes pointes étaient équipées de réacteur. Malgré mon style de course baroque – la tête en arrière, les genoux très haut –, j'ai largement doublé tout le monde. Je ne voyais plus que la ligne d'arrivée. J'ai enfin réalisé que j'étais champion du monde junior du 200 mètres.

C'était complètement fou. Tout le monde semblait avoir perdu l'esprit. Dans les gradins, les gens hurlaient, sautaient et agitaient des drapeaux. On m'a tendu un drapeau jamaïcain. Je l'ai drapé sur

mes épaules, comme j'avais vu Michael Johnson le faire pour célébrer ses deux titres olympiques aux Jeux d'Atlanta. J'ai couru vers les gradins et salué les fans comme un soldat témoignant son respect à son capitaine. C'était mon tout premier geste envers le public lors d'une compétition et ce ne serait pas le dernier. Jamais auparavant je n'avais ressenti l'énergie que le public jamaïcain m'avait insufflée ce soir-là.

« Eh, me suis-je dit. Être champion du monde junior, c'est vraiment sympa ! »

Alors que la fête battait son plein, j'ai pensé à ce qui m'était arrivé : la discussion avec ma mère sous la véranda, mes pointes aux mauvais pieds… L'espace d'une seconde, je n'étais plus moi-même, ma tête m'avait lâché, j'avais bégayé mes premières foulées, mais j'avais tout de même gagné. Comment cela avait-il bien pu se produire ? Comment m'étais-je présenté devant un public international sans céder à la pression ? Nom de Dieu, ça me paraissait délirant.

J'étais devenu une star de l'athlétisme. J'avais trouvé cette force psychologique alors que la plupart des athlètes auraient été terrifiés. J'en avais fini avec la trouille pour porter sans défaillir le poids des espoirs d'un pays entier. Rien ne pouvait plus me perturber désormais. Terminée la nervosité précédant les courses, la pression ne m'atteindrait plus. Que pouvait-il exister de plus stressant que de prendre le départ d'une course de championnat du monde junior face à son public national ?

J'avais enfin compris l'importance de la confiance en soi chez un sprinteur, surtout sur les épreuves courtes comme le 200 mètres. Le mental faisait souvent la différence entre les autres coureurs et moi. Je savais que je ne devais plus jamais laisser des pensées négatives troubler mon jugement, car l'avantage psychologique était l'un des

atouts majeurs. Il était aussi important qu'un départ rapide et une mise en action puissante. Il n'y a pas de place pour le doute, car tout se passe en un clin d'œil. Manquer de concentration un centième de seconde peut suffire pour perdre.

Ce fut ma première étape sur la route qui mène au statut de légende olympique. En parcourant le National Stadium, j'ai compris que j'avais vécu pour ce moment – comme les superstars le font –, pour cette grande occasion. Quand un type ordinaire tremblait en arrivant sur un stade olympique ou de championnats du monde, la pression et le stress poussaient les superstars comme les Michael Johnson et Maurice Greene de ce monde à se dépasser. Dans les grandes occasions, leurs performances étaient retentissantes.

J'avais compris que j'étais capable de canaliser la même énergie qu'eux. Les mondiaux juniors avaient été ma première grande occasion et j'avais répondu aux attentes de mon pays.

Au moment de mon salut de remerciement aux fans, j'étais déjà transformé dans ma tête. J'étais champion du monde, j'étais devenu « Bolt l'Éclair » aux yeux de tous. J'avais livré la plus grande course de ma carrière. Et elle le resterait probablement.

5
Vivre vite

Ma victoire aux Champs chez les juniors avait été si retentissante que, pour rentrer à Sherwood Content après ma médaille d'or, on m'a emmené en avion jusqu'à Montego Bay, où un cortège de voitures m'attendait.

Un cortège !

C'était incroyable, ridiculement incroyable. Les routes qui menaient chez moi à Coxeath étaient bordées de centaines de personnes qui suivaient ma voiture en passant leurs mains à travers la vitre ouverte pour me toucher. Tous hurlaient mon nom – « Bolt ! Bolt ! Bolt ! » – en courant dans la rue. C'était presque aussi délirant que l'accueil qu'on m'avait réservé au National Stadium.

J'avais peine à y croire. Je savais que les Jamaïcains ont beaucoup de respect pour leurs sportifs – surtout leurs athlètes –, mais je ne m'attendais vraiment pas à une telle parade victorieuse. J'aurais pourtant dû y penser. J'étais clairement l'homme du moment. Après mon record du monde sur 200 mètres, j'avais gagné les médailles d'argent des relais 4 × 100 mètres et 4 × 400 mètres, et établi de nouveaux records nationaux juniors dans les deux

épreuves avec des chronos de 39 secondes 15 (individuel) et 3 minutes 04 secondes 06 (par équipe). J'étais la coqueluche du pays.

J'ai entrevu ce que la gloire signifiait quand j'ai naïvement décidé d'aller me balader dans les tribunes avec Jermaine Gonzales après ma dernière course. Nous voulions tous deux regarder la finale du relais 4 × 400 mètres féminin, mais le stade était bondé.

J'ai immédiatement su que j'avais commis une grossière erreur, car, alors que nous cherchions une place, tout le monde essayait de me parler. Et je dis bien « tout le monde ». Partout dans les gradins, des gens que je ne connaissais pas me disaient que j'incarnais l'avenir du sport jamaïcain. Je n'avais jamais signé un autographe de ma vie et, en quelques minutes j'en ai signé des dizaines, peut-être même des centaines. Tout le monde me tendait des morceaux de papier. J'ai mis deux heures à m'extraire du public.

Au matin de mon retour à Trelawny, j'avais compris que j'étais devenu l'une des personnes les plus célèbres de Jamaïque. Mon visage était dans tous les journaux. Dans les bars, les stations de radio et de télé chantaient mes louanges. Heureusement, j'ai gardé la tête sur les épaules au milieu de cette folie. Mes parents avaient tant insisté sur le respect dans mon éducation que, pendant l'épisode du cortège, j'avais dit bonjour à tout le monde, comme je le faisais quand j'étais petit, même s'il m'aurait été plus facile de faire signe. Les gens essayaient avec insistance de me serrer la main, mais je restais modeste. Comme je l'ai déjà dit, mon père ne plaisantait pas avec les bonnes manières. Si j'avais joué les stars en public ce jour-là, il m'aurait probablement renié.

C'était un peu différent à l'école. J'étais jeune – quinze ans –, et tout le monde à William-Knibb me connaissait. Les autres – des collégiens que je n'avais jamais vus auparavant – me disaient que j'étais formidable. Les gens m'admiraient et pas seulement parce que

j'étais grand : j'avais réussi sur la scène mondiale ce qui me rendait important à leurs yeux. Même le comportement des profs envers moi a changé. Certains agissaient différemment depuis mon succès aux championnats du monde juniors. Si mes notes étaient mauvaises ou que j'étais recalé à un test, ils étaient tolérants.

Mais cette béatitude n'a pas duré… Je ne pouvais pas rater tous mes contrôles, et, dès que mon père a eu vent de mes mauvaises notes, il s'est énervé. Si j'échouais à mes examens de fin d'année, la directrice, Mlle Lee, me ferait redoubler ma seconde, ce qui signifiait une année supplémentaire de frais de scolarité que mes parents se refusaient à payer si ce n'était pas indispensable.

Un répétiteur m'aiderait donc le soir : Norman Peart, un agent du fisc travaillant à Montego Bay, enseignant à temps partiel, et à l'excellente réputation. M. Peart était diplômé de William-Knibb et de Jamaica College. Il avait aussi été coureur de 800 mètres et en connaissait un rayon sur la façon de concilier devoirs et entraînements d'athlétisme. Avec lui, j'allais m'en sortir.

On a établi un emploi du temps. M. Peart venait plusieurs soirs par semaine, mais j'étais un peu distrait. J'étais devenue une superstar régionale, et les filles de Trelawny voulaient fréquenter un champion du monde. C'était plutôt agréable. Jusque-là, j'avais une certaine naïveté vis-à-vis du sexe opposé. J'étais un garçon de la campagne, et vivre en pleine cambrousse signifiait apprendre par soi-même l'art de draguer, ce qui était parfois compliqué. Il n'y avait personne pour m'enseigner comment impressionner une fille qui me plaisait en classe, et nous n'avions pas de magazines expliquant comment séduire les femmes comme il en existe aux États-Unis ou en Europe. Si j'avais vécu dans une ville comme Kingston, ça aurait sans doute été différent, j'aurais pu recueillir des informations en

observant les gens. À Coxeath, je devais me débrouiller seul dans ce domaine.

Les relations garçons-filles en Jamaïque sont assez différentes de ce qu'on rencontre en Europe, en Australie ou aux États-Unis. Dans les Caraïbes, les garçons baguenaudent « beaucoup », même si les filles n'apprécient pas. Ce mode de fonctionnement semble accepté, surtout chez les adolescents. Je n'ai pas échappé à cette règle, mais je n'étais pas aussi terrible que certains, principalement parce que je comprenais mal les règles du jeu. Beaucoup moins bien en tout cas que certains athlètes que j'ai connus.

Avant les mondiaux juniors, comme la plupart des garçons de mon âge, je n'avais aucune expérience. En quatrième, j'avais une petite amie attitrée, mais tout s'était compliqué quand j'avais commencé à sortir avec une autre fille. Évidemment, j'ai été démasqué. Dans un établissement comme William-Knibb, il n'y a pas d'issue quand on jongle avec deux petites amies « au même endroit ». Il s'est vite avéré impossible de m'occuper de deux copines à la fois, et ça m'a causé des ennuis. Croyez-moi, une Jamaïcaine dédaignée ne vous fait pas de cadeau.

Tout a changé après les mondiaux juniors. Tout à coup, je voyais les choses sous un autre angle. Les filles recherchaient ma compagnie parce que j'étais apparu dans tous les journaux du pays et que j'étais une gloire locale. J'avais aussi un peu mieux compris de quoi il retournait dans le domaine de la drague. Les gars de l'équipe jamaïcaine d'athlétisme m'ont appris quelques trucs, et j'avais pu observer comment ils agissaient et traitaient leurs copines. Je suis vite devenu plus ambitieux et j'ai découvert comment gérer tactiquement mes rendez-vous. Plutôt que de fréquenter deux filles de la même école, je les choisissais dans des écoles différentes. Je

crois que j'ai eu jusqu'à trois relations à la fois et, quand ça arrivait, je me prenais pour un « homme ».

Je ne faisais pas que mal me conduire avec les filles, je délirais dans d'autres domaines aussi. Une fois, j'ai même essayé la ganja. Je sais que ça n'est pas glorieux de la part d'un champion olympique, mais je jure que je ne l'ai fait qu'une fois et que je l'ai regretté immédiatement. Même là où je vivais, en pleine campagne, beaucoup de gens en fumaient. Je ne me cherche pas d'excuses ni ne veux me racheter, mais c'était comme ça. Quand il m'arrivait de jouer au foot dans le parc avec des copains, il y avait toujours une bande de garçons qui fumaient des joints, et, un jour qu'un pétard circulait, j'ai été tenté. Je me suis dit : « Allez, j'essaie. » Mais dès que j'ai tiré sur cette cigarette roulée, j'ai détesté. Ce truc était horrible, et je me suis senti fatigué presque à la seconde où j'ai pris ma première taffe.

L'effet a été rude. La tête me tournait. J'ai pensé : « Plus jamais ! » Je suis resté là, hébété. Je savais que c'était une mauvaise voie pour moi. D'abord parce que mon père m'aurait tué s'il m'avait chopé à déconner comme Bob Marley, ensuite parce que je sentais que ce truc m'aurait rendu très fainéant si j'en avais trop fumé. J'étais déjà quelqu'un d'assez relax, mais à voir les gens autour, je devinais que si je fumais de la ganja je deviendrais rapidement une épave. Or j'avais besoin de motivation pour courir, car courir et gagner m'amusaient vraiment.

Je voyageais aussi dans le monde entier et je parcourais des kilomètres. J'étais un athlète prometteur que la JAAA envoyait un peu partout. Peu après les mondiaux juniors, j'ai reçu le trophée de l'espoir de l'IAAF, une distinction qu'on donnait aux meilleurs athlètes en devenir. Je me souviens de ce voyage comme d'un devoir de géographie des plus ardus. J'ai dû me rendre à Monte-

Carlo tout seul. Ça a été désastreux, car j'ai raté ma correspondance de retour à Londres. Et vraiment, je n'avais pas la moindre idée de quoi faire.

J'ai demandé de l'aide à une dame au plus proche poste d'enregistrement.

« Oh, mon pauvre ! m'a-t-elle répondu, alors que je me renseignais pour prendre un autre vol. Je suis désolée mais on ne peut pas te donner une autre place comme ça… »

« Mais que va-t-il se passer ? » ai-je pensé. J'ai commencé à pleurer. En voyant mon visage, la dame s'est inquiétée.

« Ne t'en fais pas, a-t-elle dit. La compagnie aérienne va t'héberger dans un hôtel pour la nuit, et on te mettra dans le premier vol demain matin. Tout ira bien. »

C'était rassurant, mais une fois dans ma chambre, je n'ai pas réussi à trouver le sommeil. J'avais tellement peur de manquer mon vol du lendemain que j'ai décidé de veiller, mon sac sur les genoux, luttant désespérément pour ne pas m'endormir. Une demi-heure avant l'arrivée de la navette prévue pour me ramener à l'aéroport, j'avais quitté l'hôtel et j'attendais sur un banc dehors, grelottant sous la pluie, les yeux rivés à ma montre. J'avais hâte d'être à la maison.

Si ça m'arrivait aujourd'hui, j'achèterais un autre billet. Je trouverais probablement une soirée à laquelle me rendre et je me dirais peut-être même : « Merde ! Londres, c'est sympa, je reste quelques jours de plus. » Mais cette fois-là, j'étais terrorisé. Je n'étais qu'un gamin de quinze ans, sans un sou, et j'ai pensé un moment que j'allais rester coincé en Angleterre à jamais, avec ce temps glacial et cette nourriture étrange.

À cette époque, le monde était pour moi un gigantesque lieu hostile. Ce que j'ignorais, alors que je me tenais là en me gelant les

fesses, c'était que les choses ne tarderaient pas à empirer.

*

Même en dehors de la piste, j'étais pénible. J'aimais faire l'imbécile. Mes frasques fâchaient Coach McNeil qui se mettait en colère contre moi. Je n'étais pas du genre à être délibérément perturbateur, mais j'avais une fâcheuse tendance à vouloir tout tourner en dérision, à faire des blagues sans penser aux conséquences. Je faisais tout ce qui me passait par la tête, dans la fièvre du moment, et, quand une plaisanterie avait mal tourné, je finissais toujours par me dire : « Je n'aurais jamais dû faire ça. » Je me souviens du jour où j'ai sauté en marche de la camionnette de l'école avant les qualifications aux Carifta en 2003…

La climatisation était tombée en panne, et il faisait chaud, alors j'ai décidé d'aller au stade dans la voiture d'un copain plutôt que de rester avec les autres. Les problèmes n'ont pas tardé à arriver, car je n'avais prévenu personne et je m'étais faufilé par la porte de derrière. Lorsque le coach s'est aperçu de mon absence, il a paniqué et appelé les flics immédiatement. Waouh, ça a fait toute une histoire ! À peine arrivés à l'entrée du stade, la police nous a stoppés pour me faire attendre l'arrivée de Coach McNeil sur le trottoir.

Je faisais aussi mon maximum pour éviter de courir le 400 mètres, car je détestais ça. C'était l'entraînement qui me pesait le plus ; je ne pouvais me résoudre au travail intensif et aux séances d'entraînement que cela impliquait. Je ne supportais plus cet entraînement de fond. À seize ans, quand j'ai participé aux championnats du monde jeunesse en 2003 à Sherbrooke, au Canada, j'avais décidé d'arrêter cette distance. J'ai simulé une blessure en franchissant la ligne d'arrivée dans une tentative désespérée pour échapper aux demi-finales. Pour avoir l'air crédible, j'ai attrapé

l'arrière de ma jambe comme si j'avais reçu un projectile, mais ça n'a pas marché. Les entraîneurs n'étaient pas dupes, et j'ai appris plus tard que les règles stipulaient que je devais courir la demi-finale que cela me plaise ou non. En cas de refus, j'étais également disqualifié pour le 200 mètres.

Ça m'a inquiété. Je voulais désespérément courir le 200, mais l'idée d'un autre 400 mètres m'était insupportable, c'était beaucoup trop de travail. Heureusement, j'avais un allié en la personne du médecin de l'équipe. Il savait à quel point je détestais le 400 mètres et, après avoir confirmé au coach que j'allais parfaitement bien, il a eu pitié de moi.

« Hé, Bolt ! Tu vas devoir faire semblant d'avoir la diarrhée pour échapper au 400 mètres, m'a-t-il dit.

— Sérieux ? »

Je n'en croyais pas mes oreilles. J'ai d'abord pensé qu'il plaisantait, mais dès que j'ai compris qu'il essayait de m'aider, je l'ai écouté attentivement.

« Va falloir que tu sois convaincant. Va au bureau médical officiel, explique que tu as mal au ventre et remplis un formulaire, m'a-t-il expliqué. Puis file aux toilettes et attends. Restes-y un moment. Si tu y passes suffisamment de temps, ils te croiront sincère. »

Il avait raison. Alors que je me planquais aux toilettes pendant ce qui m'a semblé une heure, une éternité, j'ai compris que le stratagème du médecin allait fonctionner. Une infirmière a frappé une ou deux fois à la porte pour vérifier que tout allait bien. Quand j'ai expliqué que je ne pouvais pas sortir, le personnel médical de la compétition n'a eu d'autre choix que de croire que j'étais réellement malade. J'ai finalement été exempté de demi-finale du 400 mètres alors que j'étais étonnamment en forme pour courir le 200 mètres le

lendemain. Mais c'était aussi bien pour tout le monde, car j'ai gagné une nouvelle médaille d'or et battu le record du championnat.

Je me suis adjugé d'autres médailles d'or aux Jeux de la Carifta 2003 et j'en ai également remporté une sur 200 mètres aux championnats panaméricains juniors. Quand j'ai battu les records du 200 et du 400 mètres aux Champs, j'ai été repéré par tout le monde, et les fans me qualifiaient de successeur de Michael Johnson. C'était logique. À seize ans, je réalisais des chronos auxquels il n'était parvenu qu'à vingt ans. Un homme politique jamaïcain m'avait même qualifié de « sprinteur le plus phénoménal que l'île ait jamais produit ». Il était évident que je n'avais pas à m'en faire pour mon avenir universitaire après William-Knibb, car plusieurs entraîneurs américains m'avaient abordé, me promettant une bourse sportive. J'ai compris que si je le voulais, je pouvais choisir n'importe quelle université américaine. Les cours particuliers de M. Peart m'avaient remis sur les rails, et il était devenu un véritable mentor, bien que ses cours fussent ardus. C'était nécessaire, car j'avais accumulé un retard énorme à William-Knibb. Deux fois par semaine, après l'école, nous travaillions ensemble, et sa ténacité a payé : j'ai eu de bonnes notes dans cinq matières, ce qui était le minimum requis pour une université et une bourse sportive.

Le mode d'accès aux universités américaines était une aubaine pour les athlètes jamaïcains qui disposaient des notes suffisantes. Les stars de l'athlétisme junior étaient contactées par ces facs avec la promesse d'une scolarité gratuite ou en partie subventionnée selon leur niveau d'athlétisme. Les structures américaines valaient les lycées jamaïcains en matière de sport. Elles souhaitaient être représentées par les athlètes les plus prometteurs, et, parce que la Jamaïque n'avait pas un système comparable ou un choix aussi large

en matière d'enseignement supérieur, nombre d'athlètes caribéens sautaient sur l'occasion pour partir à l'étranger.

Pas moi. Je voulais rester à la maison pour la simple raison que j'étais un petit garçon à sa maman. Je ne supportais pas d'être loin de chez moi trop longtemps, même si je venais de fêter mes dix-sept ans. M. Peart avait d'abord suggéré que je parte après les Champs 2003 quand les propositions des universités américaines arrivaient de toutes parts. Il pensait que les États-Unis seraient une bonne destination, mais je savais que ce n'était pas un choix sensé. « Nan ! Je ne veux pas aller aux States », avais-je dit.

M. Peart ne comprenait pas. Il voulait des explications.

« D'abord, il fait trop froid là-bas, ai-je argué. Il peut neiger ou des trucs de ce genre, alors c'est non. Deuxièmement, si je m'installe aux États-Unis, je ne verrai plus maman. »

M. Peart a insisté en expliquant qu'il y avait beaucoup de bons coachs aux États-Unis et que certaines des meilleures structures d'entraînement au monde s'y trouvaient. Tout cela contribuerait à faire de moi une star internationale, pensait-il. Mais cela me posait problème aussi parce que j'avais entendu dire que les athlètes étaient traités durement.

Apparemment à cette époque, quand un athlète obtenait une bourse pour une grande université américaine, il devait faire les quatre volontés des entraîneurs, car il leur devait son accès à l'université. Les facs attendaient un retour sur investissement, c'est pourquoi les entraîneurs faisaient souvent travailler *très dur* leurs athlètes. Les boursiers couraient quasiment tous les week-ends, car il y avait des compétitions en permanence. Et, parce que les Jamaïcains étaient les meilleurs jeunes sprinteurs et que les universités voulaient des médailles, elles les soumettaient à une sérieuse pression. J'avais entendu parler d'athlètes jamaïcains

courant le 100, le 200, le 400 mètres et les relais 4 × 100 et 4 × 400 mètres tous les week-ends.

J'avais compris que si je partais en Amérique, j'aurais le même emploi du temps exigeant, pendant la saison en salle comme en plein air. Ça me semblait délirant. Mon corps ne supporterait pas un tel régime. Je m'imaginais craquer et être incapable de m'en remettre. Je ne voulais pas être un prétendant à la gloire raté, un des nombreux lycéens jamaïcains ayant mis le cap sur l'Amérique au meilleur de sa forme pour en revenir cassé. Je ne l'envisageais même pas.

« Voyez M. Peart, arguai-je, je sais que si je pars aux States, on n'entendra peut-être plus jamais parler de moi ; je risque de m'épuiser là-bas. Je veux rester en Jamaïque. » M. Peart était sympa, il a pris mon point de vue en considération. La JAAA souhaitait aussi ardemment que je reste. Ils partageaient l'idée que l'impitoyable calendrier américain de compétitions pourrait entraver ma progression. Du coup, en 2003, j'ai intégré le High Performance Center de Kingston, un centre d'entraînement de l'IAAF et de la JAAA situé en ville, avec des entraîneurs à plein temps pour s'occuper d'athlètes prometteurs.

C'était un endroit très agréable. L'IAAF avait ouvert ce centre – et d'autres identiques aux quatre coins du globe – pour promouvoir l'athlétisme dans le monde entier. Le but était d'améliorer le niveau en sprint, haies, demi-fond, lancers et sauts, dans des pays semblables à la Jamaïque. Le centre de Kingston, abrité par l'université de technologie, était plus spécialisé en sprint et haies. C'était idéal pour un athlète jamaïcain sédentaire comme moi. Grâce à mes résultats, le centre de haute performance m'accueillait à bras ouverts, mais il me fallait trouver un hébergement à Kingston. Après quelques arrangements, M. Peart a pu se faire muter au centre des

impôts de Kingston, et il a été décidé que j'emménagerais avec lui, afin que mes parents n'aient pas à s'inquiéter de mon sort. C'est à ce moment que nous avons également décidé qu'il deviendrait mon manager. J'étais officiellement un athlète professionnel.

À peine arrivé à Kingston, ma vie a changé. C'était génial pour un adolescent issu d'un milieu rural de vivre dans une grande ville. Soudain, je pouvais faire la fête tous les soirs si ça me chantait et j'en avais sacrément envie. J'étais loin de mon père pour la première fois, et, malgré ma vocation toute neuve, faire l'imbécile a pris le pas sur l'athlétisme. C'était un énorme changement de décor.

À Sherwood Content, je ne pouvais pas faire la fête, car mon père ne m'y autorisait jamais ; il exigeait que je reste à la maison. Si par hasard il me donnait la permission de sortir, il m'imposait toujours un couvre-feu ridicule de dix heures du soir. Kingston était pleine de tentations – boîtes, fêtes, fast-foods comme KFC et Burger King. M. Peart s'est efforcé de me garder entre quatre murs, mais il n'avait pas la poigne de mon père, aussi étais-je tout le temps dehors à m'amuser jusqu'aux petites heures du matin. À Kingston, j'étais libre comme l'air.

J'adorais danser. Il y avait deux boîtes en ville, l'Asylum et le Quad. L'Asylum était dans le centre-ville, donc on y rencontrait beaucoup de monde. C'était la plus grande boîte de la ville ; il y avait toujours la queue pour y entrer. Le Quad était dans les quartiers résidentiels, sur quatre étages et avec une musique différente – du hip-hop au reggae – à chaque niveau, et on ne faisait que danser. Je passais mon temps au Quad. Au bout de quelques mois, je ne payais même plus l'entrée, car les physionomistes me reconnaissaient. Beaucoup de gens avaient encore en mémoire mes succès aux mondiaux juniors 2002. Parfois, les videurs me faisaient même passer par un escalier de secours, à l'arrière de

l'établissement. Je montais, je frappais à la porte, et on me laissait toujours entrer gratuitement.

J'adorais le Quad parce que c'était « l'endroit » où l'on s'amusait à Kingston. Sur la piste, je me démenais et je transpirais, je déchirais ma chemise et je me laissais griser. On faisait des concours. De hip-hop, de rock, d'une danse appelée *nuh linga* dans laquelle les plus alertes s'affrontaient farouchement. Mais la danse que je préférais était le *winhing*, une chorégraphie dansée très serrée entre homme et femme. Croyez-moi, c'était sans retenue. Car en Jamaïque, contrairement à l'Europe, on danse *très près* les uns des autres. *Vraiment ensemble*. Un gars attrape une fille par-derrière et l'attire vers lui. Le couple bouge au rythme de la musique. Dans un club surchauffé, on transpire vite, mais quand un type danse avec une fille qui lui plaît, c'est encore plus chaud.

Mais ce n'est rien comparé à la période du carnaval. Quand elle est arrivée, en février, j'étais sidéré. Cette fête me paraissait incroyable, et c'est toujours le cas. Les soirées étaient délirantes. Où que je regarde, on dansait le *winhing*. Mais ce qui différencie les soirées de carnaval de celles des boîtes de nuit classiques, c'est la peinture. Tout en dansant, les gens lançaient des seaux de pigments autour d'eux jusqu'à ce que tout le monde soit couvert de couleurs différentes. La première fois que j'ai vu ça à Kingston, j'ai eu peine à y croire. Les gens faisaient la fête à fond, buvant, dansant, s'enduisant mutuellement de peinture. C'était un peu comme avoir des relations sexuelles, en fait. Comment aurais-je pu me concentrer sur ma carrière d'athlète avec tout ce qui se passait autour de moi ?

*

Je buvais peu, une Guiness par-ci par-là quand je sortais, mais descendre des bouteilles pour m'enivrer n'était vraiment pas mon

truc. Pourtant, à l'entraînement, j'étais toujours fatigué. En partie parce que je sortais beaucoup au Quad, souvent aussi longtemps que le DJ mixait, mais aussi parce que je travaillais avec un nouveau coach du nom de Fitz Coleman, l'entraîneur en chef du Kingston High Performance Center.

Coach Coleman avait une excellente réputation. Il était l'entraîneur respecté de l'équipe nationale jamaïcaine d'athlétisme et comptait parmi ses réussites les succès de Richard Bucknor qui avait fait le 110 mètres haies aux JO de 1992, et de Gregory Haughton, médaillé de bronze sur 400 mètres aux JO de 1996. La perspective des JO de 2004, l'année suivante, avait laissé penser qu'il saurait mettre en valeur mon talent. Mais dès que nous avions commencé à travailler ensemble au High Performance Center en septembre 2003, je me suis retrouvé en état de choc. Je n'avais jamais suivi un tel programme d'entraînement et, parce que je travaillais très peu à William-Knibb, j'avais du mal à suivre. Je n'avais pas développé suffisamment de puissance. Pas assez pour supporter une préparation sérieuse.

L'entraînement d'un athlète professionnel débute en novembre avec un programme foncier copieux, et, à mesure que nous préparions le début de la saison 2004, j'ai découvert que la vie d'un sprinteur n'était pas une sinécure. Au lycée, je m'en sortais bien. Je séchais parfois une séance d'entraînement, car j'avais de telles facilités que je gagnais les compétitions sans beaucoup de préparation. La plupart du temps, je ne faisais que quatre ou cinq 300 mètres à l'entraînement. J'ai découvert que, chez les pros, il n'y avait pas de place pour les paresseux.

Au départ, le programme était établi pour la saison, et je devais me concentrer sur le 200 mètres : mon point fort. Mais le programme d'entraînement ressemblait un peu trop à mon goût à

une préparation pour le 400 mètres : Coach Coleman me faisait courir des 700, des 600 et des 500 mètres. À l'école, je n'avais jamais couru plus de 500 mètres et je n'étais allé jusque-là que parce que Coach McNeil m'y avait obligé. Ces distances plus longues m'ont désagréablement surpris. Mon corps ne les encaissait pas. Mes muscles brûlaient, surtout le dos, et mes ischio-jambiers semblaient tendus à se rompre la plupart du temps. En plus, je haïssais les réveils matinaux, car j'étais perclus de douleurs. J'étais au supplice. Tout allait de travers.

Immédiatement, j'ai commencé à me plaindre.

« Coach, je ne peux pas faire cet entraînement, gémissais-je. C'est ridicule, je ne suis pas habitué à ça. »

Mais Coach Coleman insistait. C'était un homme sérieux et peu disert. Il inspirait le respect. C'était lui le patron, et, sans qu'il ait besoin de hurler sur eux, ses athlètes comprenaient qu'il n'y avait aucune place pour la discussion. Parce que sa méthode avait largement fait ses preuves, il pensait qu'elle fonctionnerait avec moi. Au désespoir, j'ai suggéré qu'il contacte mes anciens entraîneurs de William-Knibb pour savoir ce qui me convenait le mieux. Peine perdue : Coach Coleman croyait en sa méthode, dur comme fer, et aucune plainte n'y changerait quoi que ce soit.

Nom de Dieu, c'était douloureux. Je l'ai expliqué à mes parents et j'ai dit à M. Peart que je me sentais comme un carré qu'on tentait de faire entrer dans un trou rond. Personne ne m'a écouté. Tous pensaient que je tirais au flanc. Ils m'ont dit que la charge de travail avait augmenté parce que j'étais passé professionnel et que je devais m'entraîner plus dur pour réussir. Je n'ai pas eu d'autre choix que d'accepter.

« D'accord, mais si je me blesse, ce sera de votre faute, ai-je prévenu. Je vous ai dit que je n'y arrivais pas. C'est trop exigeant

pour mon corps. »

Mon père ne cédait pas.

« Bolt, fais ce qu'on te demande », disait-il.

Je savais que ce programme d'entraînement avait un impact négatif sur moi. Je courais bien avant, et les douleurs au dos et aux adducteurs n'avaient commencé qu'avec lui. L'entraînement soumettait mon corps à une sérieuse pression. Je constatais aussi que les autres athlètes étaient mieux traités par leurs coachs. Ils semblaient plus heureux, ils s'amusaient. Peut-être avaient-ils été plus sérieux que moi au lycée, et le travail leur coûtait-il moins. Je les enviais, car j'aurais aimé prendre du plaisir moi aussi.

Un type se distinguait à mes yeux : Coach Glen Mills. Il me plaisait en tant qu'entraîneur ; je l'avais vu travailler avec d'autres sprinteurs de l'équipe nationale junior, et il paraissait vraiment compétent. Il avait l'air d'écouter ses athlètes. Tout le monde savait que Coach Mills était le meilleur. Il avait mené Kim Collins, le sprinteur de Saint-Kitts-et-Nevis, au titre de champion du monde du 100 mètres en 2003, et tous les athlètes du centre connaissaient son pedigree.

Coach Mills n'avait pas réalisé lui-même une grande carrière d'athlète. Dans les années 1960, il fréquentait la Camperdown High School, à Kingston. Il n'avait pas les qualités d'un sprinteur, mais il avait la passion de l'athlétisme, alors il a commencé à travailler pour aider ses copains lycéens et athlètes. Au fur et à mesure, il a développé des compétences et a été identifié comme un entraîneur très prometteur. Un poste à plein temps lui a été proposé à l'école ; son premier succès fut d'avoir conduit Raymond Stewart jusqu'à la finale olympique du 100 mètres, en 1984.

Le programme sportif de Camperdown n'a pas tardé à être surnommé l'« usine à sprinteurs » parce que Mills y était très

engagé. Il s'est inspiré des techniques d'entraînement du coureur de 400 mètres Herb McKenley. Il a suivi des cours jusqu'au Mexique ou au Royaume-Uni ; il était obsédé par la vitesse que pouvait atteindre un coureur. Son travail était tellement apprécié que la JAAA lui a ensuite demandé de travailler avec l'équipe nationale pour les Jeux de la Carifta. Il n'a pas tardé à devenir entraîneur national et a lancé son propre club d'athlétisme, le Racers Track Club, basé à l'université des Indes occidentales, à Kingston.

La première fois que j'ai vu Coach Mills, il n'avait rien d'un sprinteur : ventre rond, pantalon et chemise élégants. Il ne portait jamais de survêtement et veillait quasi maternellement sur ses athlètes. C'était une sorte de nounours chauve, avec des fils d'argent dans la barbe et de petits yeux qui semblaient plonger dans votre âme. J'ai tout de suite remarqué qu'en plus de l'envie de pousser ses coureurs, il savait lire dans leurs pensées. À le regarder faire avec les autres sprinteurs, j'ai su qu'il était la personne qui pourrait m'aider à tirer le meilleur de moi-même. Lorsque ses athlètes parlaient, Coach Mills les écoutait. Une fois, dans la salle de musculation, alors que je me plaignais de mon calendrier d'entraînement auprès de copains, Coach Mills – qui travaillait avec un autre – s'est approché.

« Mon programme ne me convient pas, disais-je. Je pense vraiment que ça ne va pas marcher. Je ne veux plus m'entraîner comme ça. »

Coach Mills avançait vers moi.

« Je veux une méthode comme la vôtre », ai-je lancé en le montrant du doigt. J'étais très arrogant. Il m'a regardé des pieds à la tête et a grimacé comme pour signifier que j'étais dingue. Puis il a tourné les talons sans un mot. C'est une expression qui m'est devenue familière au fil des années.

6

Un cœur de champion, un mental d'acier

Au début de la saison 2004, je me moquais éperdument des Jeux olympiques d'Athènes. Je ne pensais ni à courir en Grèce – berceau des plus grandes compétitions au monde – ni à décrocher des médailles comme Michael Johnson aux Jeux d'Atlanta. Je ne pensais qu'aux championnats du monde juniors organisés à Grosseto, en Italie. C'est là que je voulais désespérément défendre mon titre sur 200 mètres.

Oh Dieu ! que j'en ai bavé pour ça ! Mes séances d'entraînement ne m'ont laissé aucun répit. De septembre à février, je les ai toutes accomplies du début à la fin. Des tours et des tours de 500, 600 et 700 mètres. Jour après jour, semaine après semaine. Bien sûr, ça m'a rendu plus fort. J'avais vraiment davantage d'endurance, mais ce travail pesait très sévèrement sur mon corps, surtout la colonne vertébrale. Parfois, j'avais l'impression qu'on m'avait planté une fourchette au niveau lombaire et que mes ischio-jambiers étaient enroulés autour de ses dents comme des spaghettis.

Je m'inquiétais aussi parce que je n'avais pas du tout travaillé ma vitesse. En tout cas, pas les courtes phases explosives

indispensables à un coureur de 200 mètres pour aiguiser sa forme. Je voulais jaillir des starting-blocks comme une balle aux mondiaux juniors et je devais être parfaitement au point dans le virage, or mes séances étaient consacrées au travail foncier plutôt qu'à la vitesse pure. Au moment des premières compétitions début 2004, je n'avais fait aucune des gammes habituelles dans ce domaine et, bien que je sois novice, je devinais notre pari risqué. Mon corps n'aurait pas le temps de s'adapter aux violents changements de rythme auxquels je le soumettrais dans les compétitions à venir, et je craignais que ça me dérègle complètement.

Mais aux Jeux de la Carifta en avril, j'ai quand même surpris tout le monde en battant le record du monde junior du 200 mètres en 19 secondes 93. « Waouh ! » Quand j'ai vu le chrono, j'ai su que c'était un temps exceptionnel. Comme tout le monde. J'avais amélioré le record précédent de 0,14 seconde. Ma mère, mon père, M. Peart et bien sûr Coach Coleman, tout le monde était surexcité. Cette performance ne pouvait que réduire à néant mes récriminations. Elle était la preuve que le programme d'entraînement qui me pesait tant fonctionnait bien, qu'il était parfaitement adapté et que j'avais tort de me plaindre.

Mais j'étais vraiment angoissé. Je connaissais mon corps et je m'étonnais d'avoir réalisé un chrono aussi fou sans avoir spécifiquement travaillé la vitesse. C'était vraiment un temps dingue. Peu de gens ont couru un 200 mètres plus rapide au niveau junior ou senior en 2004, et je n'étais qu'un gamin de dix-sept ans[1]. Immédiatement, j'ai compris que mon nouveau record du monde junior n'avait rien à voir avec le travail que j'étais en train d'accomplir. Je l'avais établi grâce à mon talent pur.

Beaucoup d'athlètes auraient été ravis à ma place, mais j'ai été malheureux pendant des jours après les Jeux de la Carifta. Je savais

que quelque chose clochait dans mon programme d'entraînement ; je souffrais beaucoup physiquement, mais je ne savais pas auprès de qui me plaindre. Quand je râlais, M. Peart me disait que l'accroissement de la charge de travail était le lot des jeunes athlètes professionnels.

« Ton chrono des Carifta a validé ce programme ! me répondait-il. Ça marche. » Mais je n'y croyais toujours pas.

Et deux semaines plus tard, je me suis blessé à l'entraînement. Je me souviens parfaitement de l'incident, car juste avant qu'il se produise j'étais au bord de la piste à regarder un autre athlète à terre, agrippé à sa jambe, souffrant terriblement. Il s'était claqué un muscle lors d'un 400 mètres, et cette scène m'avait interpellé. « Quoi ? avais-je pensé. On peut se blesser à l'entraînement ? »

Moins de dix minutes plus tard, j'étais dans le même état lamentable, écroulé au sol, tenant ma jambe. Je m'étais déchiré un ischio-jambier en faisant un tour de piste rapide, et ça faisait un mal de chien. Mon muscle vibrait, et une douleur aiguë m'a saisi l'arrière de la cuisse et le genou. J'étais au supplice, à peine capable de sortir de la piste par mes propres moyens, et, alors que je faisais signe pour qu'on vienne m'aider, je bouillais de colère. J'étais fou de rage contre ce programme d'entraînement ridicule, contre M. Peart qui était convaincu que je devais souffrir pour progresser, et envers tous ceux qui n'avaient pas écouté mes doléances. Je suis rentré chez moi et j'ai immédiatement téléphoné à mes parents. Ils étaient très ennuyés, et mon père a même tenté de s'excuser, mais j'étais trop furieux pour y prêter attention. « Ne me dis surtout pas que tu es désolé, lui ai-je répondu. Je t'avais bien dit que quelque chose n'allait pas. »

La défense de mes titres mondiaux juniors était compromise. J'étais *out*, et tout est allé de mal en pis. On m'a prescrit du repos et

de la récupération pendant des semaines : une vraie purge. Puis j'ai dû renforcer le muscle claqué avec différents exercices et gammes, en prenant garde de ne pas l'abîmer davantage. La rééducation a demandé des mois. Tout du long, une voix insistante me soufflait que j'avais pris un sérieux retard. Je suis devenu ronchon. Certains jours, je craignais de ne plus jamais retrouver la forme.

Il y a des choses que les manuels d'entraînement n'enseignent pas à propos des blessures en athlétisme : la nécessité de se connaître soi-même lorsqu'on aborde un processus de guérison. Explorer les recoins de son âme est aussi important que comprendre son corps.

Les seuils de douleur, la patience et la force intérieure ne sont pas détaillés dans les magazines de course à pied. Un sprinteur les découvre à travers son expérience personnelle, et, à mesure que je récupérais, j'apprenais un peu plus sur moi-même. En période de difficultés physiques, le doute me rongeait.

Une blessure, une contracture musculaire, une douleur dorsale lancinante suscitaient des questions. Elles me soufflaient : « Hé, Bolt, ton corps peut-il supporter de sortir de ce virage comme un avion de chasse ? » Ou encore : « Vas-tu pouvoir continuer à jaillir des blocks aussi violemment ? » La forme impeccable dont j'avais bénéficié après ma réussite aux mondiaux juniors m'avait donné un sentiment d'invincibilité. Je croyais pouvoir gagner n'importe quelle course. Je ne craignais personne sur une ligne de départ. Pas si j'étais à cent pour cent prêt en tout cas… Mais ma blessure avait siphonné cette confiance, et, lorsque j'ai été prêt à courir de nouveau, des pensées négatives me poursuivaient durant chaque séance d'entraînement.

J'ai tenté de les mettre de côté et de me concentrer sur ma remise en forme. J'ai travaillé malgré la douleur et la tension. Mais une autre déception m'attendait, un coup terrible. Mon coach,

persuadé que je ne serais pas prêt à temps, m'a demandé de renoncer aux championnats du monde juniors. Quelle poisse ! Toute l'année, je n'avais pensé qu'à défendre mon titre en Italie. Et ma victoire à Kingston avait été une expérience tellement merveilleuse que je voulais la revivre, d'autant que mon chrono des Jeux de la Carifta me rendait à ce moment-là plus rapide qu'aucun senior de la planète.

Ce fut ma première grosse déconvenue en matière d'athlétisme. L'année d'avant, j'avais essuyé les plâtres en me mesurant à mes aînés lors des qualifications pour les mondiaux seniors 2003 organisés à Paris. J'étais champion du monde jeunesse et champion du monde junior en titre et, malgré mes seize ans, j'avais rivalisé avec des coureurs expérimentés. Ça m'avait suggéré que je pouvais commencer à viser le haut niveau.

Je n'étais pas fou. Je n'imaginais pas une seconde gagner des médailles d'or lors de ma première compétition professionnelle, mais je pensais pouvoir améliorer quelques records personnels, et pourquoi pas parvenir en finale. Mais peu avant les championnats du monde, j'avais une conjonctivite : « l'œil rose », comme on dit en Jamaïque. J'ai dû me reposer. La JAAA m'a alors déclaré trop vert pour disputer ma première grande compétition sans y avoir été préparé correctement, et, bien qu'elle m'ait emmené à Paris pour m'imprégner de l'atmosphère de l'événement, je n'ai pas pu courir. J'étais anéanti.

Manquer Grosseto en 2004 a été pire encore, car je voulais affronter Andrew Howe, un coureur de 200 mètres italien très fort en gueule. (Howe s'est ensuite spécialisé dans le saut en longueur et est devenu champion d'Europe en 2006.) Ce type parlait à tort et à travers à l'approche des mondiaux juniors et il insistait lourdement sur le fait qu'il allait me laminer sur ses terres. Ça m'agaçait

prodigieusement. Il était irrespectueux, et je savais que j'aurais pu le battre sans peine, blessé ou non. L'écraser sur 200 mètres aurait été un plaisant moyen de lui clouer le bec.

Mais, manque de chance, mon ischio-jambier me privait de ce petit plaisir. Lorsque le coach a déclaré que j'étais forfait pour la compétition, ça m'a glacé, et, quand j'ai vu les gros titres de Grosseto au début des mondiaux juniors, mon humeur s'est encore obscurcie. Howe avait gagné le 200 mètres en seulement 20 secondes 28, un chrono que j'aurais pu réaliser en dormant, même à la moitié de mes capacités. Et il avait encore le culot de me débiner.

« J'aurais aimé qu'Usain soit là, avait-il déclaré. Je voulais vraiment le battre à la régulière… »

« Bon Dieu, ai-je pensé en découvrant cela. Il fait 20 secondes 28 et il se permet encore de parler ? Incroyable. »

Howe ne s'en est pas tenu là. Quelques années plus tard, alors qu'il disputait l'épreuve de saut en longueur aux championnats du monde d'Osaka, il a refait un numéro identique. Le concours était très serré cette année-là. Au dernier essai, Howe disputait la médaille d'or à Irving Saladino, du Panama – qui est ensuite devenu en 2008 le premier champion olympique de son pays depuis soixante ans. Tout le monde à Osaka savait que Saladino était la star de la longueur, mais Howe sautait en premier, et sa dernière marque – un nouveau record d'Italie – l'a propulsé en tête. Il n'en fallait pas davantage pour le mettre en transe. Il a commencé à crier, tentant de déchirer son maillot et battant sa poitrine. Il s'est rué vers le public en hurlant : « Je suis le meilleur ! Ouais, je suis comme ça ! » Et sa mère, dans les tribunes, était tout aussi excitée.

J'ai observé cette scène, incrédule. « Mais qu'est-ce qui déconne chez ce type ? », ai-je pensé. Relax…

C’est alors qu’un truc hilarant s’est produit. Tandis que Howe faisait son show, Saladino a ôté son survêtement et s’est présenté sur le sautoir. Ses courses d’élan n’étaient jamais brutales, il courait avec fluidité avant de s’envoler dans le bac à sable. Son dernier saut à Osaka a été à l’avenant, et son résultat a relégué Howe à la deuxième place, à dix centimètres. Le public s’est enflammé, mais Saladino n’a rien perdu de sa contenance. Il n’a manifesté aucune joie particulière, n’a pas déchiré son maillot. Il a juste épousseté un peu de sable de son épaule en s’éloignant tranquillement. Comme pour dire à Howe : « Du calme, maintenant, le vainqueur, c’est moi. » C’est un de mes souvenirs les plus marquants dans un grand championnat. Je regrette de n’avoir pas pu faire la même chose.

*

Mon été n’a pas été très drôle. Malgré mon dos douloureux et mes ischios contractés, le coach avait décidé que je me rendrais à Athènes, que ça me plaise ou non. Je n’étais franchement pas emballé. Je ne parvenais pas à me motiver pour disputer une épreuve pour laquelle je n’étais pas parfaitement prêt. Les Jeux olympiques sont la cerise sur le gâteau dans une carrière d’athlète mais je n’étais pas suffisamment préparé et je ne me remettais pas d’avoir manqué les mondiaux juniors. Je n’avais participé qu’à quelques compétitions dans la saison, et ma méforme était un vrai problème. Aller en Grèce m’emmerdait au plus haut point. Ma première saison d’athlète professionnel avait été jusque-là vouée à l’échec. J’avais raté la plupart des rencontres européennes pour cause de blessure, et tous mes engagements dans des courses de début de saison avaient dû être annulés. Coach Coleman a commencé à s’inquiéter. Il ne comprenait pas pourquoi je souffrais tant du dos et des jambes. Nous avons donc pris rendez-vous avec le

docteur Hans Müller-Wohlfahrt, un chirurgien allemand qui avait soigné les blessures du dos du champion de tennis Boris Becker et des membres de l'équipe de football du Bayern de Munich. Apparemment, dans sa partie, le docteur Müller-Wohlfahrt était un génie, et je suis allé à Munich pour un check-up médical complet. Sa réputation était fondée. Quand je suis arrivé en Allemagne, il m'est clairement apparu que le docteur n'était pas un spécialiste comme les autres. On m'a allongé sur un lit, et ses doigts se sont promenés sur les creux et les bosses de ma colonne vertébrale, puis il a palpé mes tendons. Je l'ai brièvement regardé et j'ai remarqué ses yeux clos. Il « écoutait » mes blessures et les douleurs de mes jambes et de mon dos plutôt que d'ergoter à leur sujet. Ça a été un moment fort, et, quand le Doc a pris mon pied et a fait tourner ma cheville, une infirmière a dit quelque chose depuis l'autre bout de la pièce. Il a brusquement ouvert les yeux, très agacé.

« Chut ! » s'est-il écrié avant de murmurer quelque chose en allemand. Je ne sais pas du tout ce qu'il disait, mais je devinais que ce n'était pas tendre. L'infirmière avait l'air gêné. On m'a emmené passer des radios, puis le docteur Müller-Wohlfahrt m'a montré un cliché de ma colonne vertébrale ; il avait de mauvaises nouvelles.

« Monsieur Bolt, vous avez une scoliose », m'a-t-il dit.

« Mais de quoi parle-t-il ? » ai-je pensé. Je n'avais jamais entendu ce mot auparavant.

« C'est en gros une courbure de la colonne vertébrale et c'est assez répandu, a-t-il ajouté très sérieusement. Chez la plupart des gens, ça se corrige avec des séances de kinésithérapie, mais j'ai bien peur que la vôtre soit un cas grave. »

Il m'a expliqué que cette pathologie était variable selon les patients, et que ça empirerait chez moi avec l'âge. Les cas les plus sérieux pouvaient entraver le fonctionnement des poumons et

imposer une pression sur le cœur. C'était également susceptible d'endommager les nerfs. J'avais aussi la jambe droite plus courte que la gauche de deux centimètres et demi. Les douleurs dorsales que je ressentais étaient le symptôme de base. C'était aussi la cause de mes blessures aux ischios et de mon malaise continu dans les jambes et aux tendons d'Achille. Parce que mon corps avait compensé la forme en S de ma colonne vertébrale lors des entraînements, mes muscles s'étaient étirés dans tous les sens. Que je dispute des 200 mètres qui exigent qu'on se penche dans le virage qui positionnait souvent ma jambe gauche – plus longue – au-dessus de la droite n'arrangeait rien. Surtout si je me trouvais dans un couloir intérieur qui rend la trajectoire plus aiguë.

Mon cerveau s'est mis en surchauffe. Ma réaction instinctive a été de ne pas ajouter foi à ce diagnostic. Non, mes blessures étaient dues à un programme d'entraînement trop chargé plutôt qu'à une maladie du dos. Je niais l'évidence. Il était plus simple d'attribuer mes soucis à ma préparation que d'affronter la réalité d'un problème de colonne vertébrale à long terme.

« J'allais bien avant, me suis-je persuadé. Si je m'entraîne différemment, j'irai à nouveau bien. » J'ai ignoré ce diagnostic. Me stresser n'aurait servi à rien. Par ailleurs, le Doc allait devoir s'y mettre si je voulais revenir rapidement sur la piste. On m'a prescrit de la kinésithérapie pour soulager la douleur musculaire. Le traitement comprenait aussi des remèdes homéopathiques. D'autres athlètes m'avaient prévenu que je recevrais des injections dans les mollets. C'était habituel avec le Doc, et ça m'avait affolé. Mais tout ce qui m'a été administré l'a été avec soin et selon les règles de l'art – rien d'artisanal –, et les seringues du docteur Müller-Wohlfahrt ont eu raison de la pression et de la douleur qui enveloppait ma colonne vertébrale.

Malgré le diagnostic inquiétant, il était encore question que j'aille aux JO d'Athènes. Le fait que je sois l'homme le plus rapide sur 200 mètres cette année-là signifiait que j'étais dispensé de sélections nationales. Même s'il était décidé que je serais du voyage avec le coureur de 100 mètres Asafa Powell et le reste de l'équipe nationale jamaïcaine, la gravité de mes blessures m'inquiétait. Tout le monde se réjouissait pour moi, sans se soucier de ce qui me faisait souffrir. Les fans voulaient que je devienne une star, surtout après mon succès aux championnats du monde juniors de 2002. Dans la presse, on disait : « Usain a battu des seniors avec ses chronos aux Jeux de la Carifta et il marche tellement bien chez les jeunes qu'il sera forcément très fort. »

Moi, j'ai commencé à m'inquiéter. Je me disais : « Je ne suis pas en forme. Qu'est-ce que les gens vont dire si je ne satisfais pas leurs attentes ? »

Ça m'a vraiment perturbé. Les Jamaïcains sont dingues d'athlétisme, et je tenais à leur offrir de vraies réjouissances. Je ne voulais pas les décevoir. J'avais des doutes, des questions, tout comme j'en avais eu avant Kingston. Mais cette fois, ce n'étaient ni les attentes ni le public qui m'inquiétaient, mais la façon dont mon corps risquait de réagir.

Au moment où notre équipe est arrivée en Grèce, j'avais suffisamment récupéré grâce à la kiné et aux prescriptions du Doc et je me sentais un peu plus optimiste, bien que je ne sois pas à cent pour cent de ma forme. Je ne me voyais pas rentrer avec une médaille, mais je réfléchissais quand même à mes chances de parvenir en finale. Ça aurait été un exploit, car plusieurs grands sprinteurs étaient engagés sur 200 mètres cette année-là. L'Américain Tyson Gay était la star montante et tout le monde aux États-Unis disait qu'il progresserait dans les années à venir. Un autre

Américain, Wallace Spearmon, était excellent, tout comme leur équipier, Shawn Crawford. Disputer une finale olympique contre ces gars aurait déjà été énorme pour moi.

Alors que je travaillais ma puissance et ma technique à Athènes, mon niveau de condition physique me semblait fragile. Chaque fois que je commençais à me sentir un peu plus fort, une nouvelle petite blessure me freinait. Une fois, à l'entraînement, un autre sprinteur a traversé mon couloir, et, au moment où je déviais pour éviter une collision douloureuse, je me suis tordu la cheville. Ce mouvement soudain a suffi à me pincer un tendon d'Achille, et j'ai de nouveau dû m'arrêter. Je n'étais clairement pas en état de courir à cent pour cent dans les séries[2], et il n'était même pas certain que je puisse m'aligner au départ. D'ailleurs, c'est seulement le soir précédant la première course qu'il a été décidé que je participerais.

Malheureusement, le jour des séries, tout est parti en vrille. Le soleil écrasait le stade olympique. Il faisait terriblement chaud, même pour un Jamaïcain. Je me suis flétri comme une plante. Les gradins étaient à moitié vides, et les spectateurs amorphes. Il n'y avait rien pour me donner un coup de pouce psychologique comme celui que j'avais connu aux mondiaux juniors. Je me suis installé sur la ligne de départ avec l'objectif d'une première ou d'une seconde place, mais, quand le coup de pistolet du starter a retenti – « Bang ! » –, je n'ai pas réagi efficacement.

« Oh merde ! me suis-je dit dès les premières foulées. Ça va être compliqué. »

J'avais les jambes lourdes, chaque foulée semblait indigente. Je n'avais aucune énergie. Je me sentais sans force. À la sortie du virage, j'étais encore dans le coup, mais les gars de devant s'étaient légèrement détachés. Ils avaient plus de jus que moi.

Je me suis secoué, moulinant avec mes jambes dans une tentative désespérée pour rester au proche du groupe de tête, mais ma vitesse faiblissait ; j'étais vidé.

J'ai abordé la ligne d'arrivée en quatrième position, ce qui aurait suffi à me hisser au tour suivant. « Bon, tu vas te reprendre », me suis-je dit. Mais le gars du couloir d'à côté était sur mes talons, juste là. Il voulait cette quatrième place bien plus que moi. Je n'entendais que sa respiration rauque, le son de ses pointes labourant la piste. Quand je lui ai jeté un œil, j'ai vu sa mâchoire verrouillée et les veines de son cou prêtes à éclater. J'ai réalisé que dans n'importe quel jour normal, j'aurais été loin devant lui. C'est alors que le doute m'a à nouveau envahi.

« Je ne devrais même pas être là… Ces p… de blessures. Mon programme d'entraînement est bien trop dur. Je ne suis pas à cent pour cent… »

Me qualifier pour le tour suivant n'avait plus aucun sens. À quoi bon ? Durant ces fractions de seconde, j'avais pris la mesure de mon état de faiblesse. Même une journée de repos ne m'empêcherait pas de finir bon dernier de la course suivante.

Au diable tout ça, j'avais toujours couru pour gagner, et me rendre compte que je n'avais aucune chance d'accéder à la finale m'a achevé. Je voulais que tout ça s'arrête. Athènes n'avait été pour moi que du stress, aussi ai-je décidé de céder ma place à mon voisin de couloir.

« Vas-y mon frère, c'est pour toi. »

J'ai éprouvé une espèce de soulagement en me classant cinquième. J'en avais fini avec Athènes et je me disais que la pression disparaîtrait dès que je terminerais le championnat. Mais c'était mal connaître les fans jamaïcains. Quand la nouvelle de ma non-qualification et des blessures contre lesquelles j'avais bataillé

toute la saison est parvenue au pays, tout le monde s'y est mis. Des gros titres négatifs ont fleuri dans la presse nationale. Le public voulait savoir pourquoi j'étais allé aux JO alors que j'étais en mauvaise forme. Il ne comprenait pas pourquoi, en Grèce, je n'avais été que l'ombre du sprinteur junior briseur de records du monde aux Jeux de la Carifta.

À mon retour à Kingston quelque temps plus tard, un tas d'explications circulaient. On me traitait de « bébé » et on rappelait mon forfait aux mondiaux de Paris pour cause de conjonctivite comme la preuve que j'étais incapable de supporter la pression d'un grand événement. Athènes n'en était que la confirmation. Même le crucifix que je portais pendant ma course au stade olympique en a pris pour son grade. C'était un cadeau de ma mère[3], mais la croix était trop grande et rebondissait sur ma poitrine en course, alors je la coinçais entre mes dents. Un article de journal critique s'est focalisé sur ce bijou, mais lorsque j'ai répliqué que je le portais aussi aux Jeux de la Carifta, plus tôt dans la saison, plus personne ne s'en est soucié.

Quand les fans et les médias ne brodaient pas sur mes blessures ou mon crucifix, ils critiquaient ma façon de vivre. Ils disaient que j'étais fainéant, se plaignaient que je sois fêtard. Des journalistes m'avaient vu au KFC ou au McDonald's à Kingston, et ça les défrisait. Qu'on me voit au Quad une ou deux fois, et il y avait toujours un journaliste pour écrire que j'y avais passé tous les soirs de la semaine. Les autres athlètes sortaient, eux aussi, mais personne ne le leur reprochait. Si je me trouvais à une fête avec un autre athlète et que nous étions photographiés ensemble, à nous détendre, j'en prenais plein la tête de la part des médias jamaïcains qui ne mentionnait même pas l'autre personne. C'était délirant.

Les fans et les médias n'avaient pas tout à fait tort : j'adore manger des cochonneries et j'aime faire la fête de temps en temps. Souvent, je m'entraînais toute la semaine puis, le week-end, je ne mangeais qu'une seule fois en quarante-huit heures. J'allais en boîte le vendredi soir *toute la nuit* où je dansais le *winhing*, je discutais. Puis, après mon réveil aux environs de midi, le lendemain, je jouais à des jeux vidéo pendant des heures, jusqu'à ce que mon estomac se mette à gargouiller. Je prenais alors ma voiture et j'allais à New Kingston avec mon demi-frère Sadiki pour acheter un gros pot de morceaux de poulet ou des hamburgers. La plupart des week-ends, je ne prenais qu'un seul repas – au fast-food – dans une parenthèse de quarante-huit heures consacrée à la danse et aux jeux. J'ignore comment j'ai survécu.

À la fin de la saison 2004, je venais juste d'avoir dix-huit ans. Je manquais de maturité et j'étais en plein apprentissage de la vie. Personne ne s'intéressait à ma crise de croissance. Les fans jamaïcains me connaissaient mal. Ils ne comprenaient pas que je puisse à la fois travailler et m'amuser. À leurs yeux, j'étais un athlète doué qui gâchait son talent. Qu'ils pensent ce qu'ils voulaient, je savais que j'allais bien. Mon problème principal était cet entraînement qui m'épuisait aussi bien physiquement que mentalement.

*

Athènes m'a aidé à prendre une grande décision. Il était temps d'engager Coach Glen Mills. J'étais usé par le travail cher à Coach Coleman. Bien sûr, c'était un grand entraîneur de hurdleurs, et il avait connu de nombreux succès, mais ses méthodes ne convenaient pas à ma personnalité d'athlète ou d'homme. Malgré toute sa bonne

volonté, ça n'a pas fonctionné entre nous. Ce n'était pas de sa faute, ça arrive parfois dans l'athlétisme.

L'un des éléments clés en athlétisme est la relation entre l'entraîneur et son athlète. Elle compte autant que celle qui lie un entraîneur de football à son équipe. De la même façon qu'un sir Alex Ferguson apprend à connaître ses joueurs et leurs humeurs, un entraîneur d'athlétisme doit s'efforcer de comprendre chaque athlète qui est sous sa houlette. Certains sprinteurs peuvent bien réagir à un programme d'entraînement dur, tandis que d'autres ne sont capables que de s'entraîner plus légèrement. Mais tenter de soumettre les deux catégories au même régime ne fonctionne pas. Les athlètes moins costauds vont s'épuiser rapidement et se blesser plus facilement qu'un athlète plus robuste. C'est exactement ce qui m'est arrivé. M. Coleman n'avait pas analysé quel type de sprinteur j'étais. Il ne savait pas ce qui me faisait avancer. Il m'avait imposé le même programme qu'à ses autres athlètes, et ça avait fait de gros dégâts.

C'est à ça qu'on reconnaît les grands coachs. Ils savent être l'ami et le mentor de leurs athlètes ainsi que leur guide. Ils écoutent. Ils montrent à leurs athlètes comment sortir des situations délicates – sur et en dehors de la piste – comme les blessures, les problèmes personnels et le stress. Pour moi, Coach Mills était de cette trempe. Pendant les JO, je l'avais observé attentivement avec ses sprinteurs. Je voyais bien qu'il prenait systématiquement en compte les besoins individuels et la personnalité de chacun, ce qui correspondait exactement à la relation de travail que je recherchais.

J'avais également compris que Coach Coleman ne changerait jamais son programme puisqu'il avait fonctionné si souvent par le passé, même si je ne cessais de lui parler de mes douleurs dans le dos et les ischios. Les résultats d'Athènes avaient été désastreux. Après réflexion, j'ai informé M. Peart que je quittais Coach Coleman.

C'était une situation délicate, mais je ne l'avais pas embauché moi-même. Ce n'était donc pas mon rôle de lui annoncer la nouvelle. J'ignore comment il l'a prise, je ne le lui ai jamais demandé, mais chaque fois que je l'ai revu au centre par la suite, c'était glacial. Peu après, Coach Mills a accepté de m'entraîner.

Tout a changé pour le meilleur presque tout de suite. Mills est venu chez moi à Kingston pour mieux connaître mon état d'esprit et mes objectifs. Il voulait savoir comment je m'étais entraîné au lycée et en quoi consistaient mes précédents programmes. Le dialogue a été immédiat et son style me plaisait. Il était amical, intelligent et ouvert. Il m'écoutait et, quand nous parlions, il m'expliquait tout lentement et minutieusement. Il utilisait des métaphores. Il appelait par exemple mon cerveau le « QG ». « Tu dois faire rentrer ce que je te dis dans le QG, Bolt », et il avait de toute évidence de grands projets pour ma carrière. Coach Mills voulait que je comprenne chaque mot.

« Bolt, tu es très doué, disait-il. Mais nous devons y aller progressivement afin que tu sois fin prêt dans trois ans. »

C'était la première surprise, mais pas la dernière.

« Et attendez, Coach. Trois ans ? me suis-je exclamé. Ça nous amène à 2007-2008 ! Qu'est-ce que vous racontez ? » J'étais impatient, je voulais me mettre au boulot. J'avais déjà raté des Jeux olympiques à cause de blessures, sans parler d'un championnat du monde à cause d'une maladie. Je devais repasser à l'action tout de suite. Mais le coach était catégorique. Il nous fallait patienter afin que je sois parfaitement au point pour la prochaine saison olympique. Si on se précipitait ou qu'on prenait des raccourcis, je risquais de rechuter.

Mon coach considérait que mon corps s'était rebellé parce que je l'avais trop sollicité. Surmonter la scoliose était possible, mais les

déchirures musculaires et autres blessures persistantes l'inquiétaient. C'est alors qu'il s'est mis en devoir de régler ces problèmes. Il a rassemblé les notes médicales du docteur Müller-Wohlfahrt. Il m'a expliqué qu'un diagnostic n'était qu'une indication de base. Impatient de trouver la solution, il s'est engagé à dénicher toutes les informations sur la scoliose. Avant que nous reprenions l'entraînement quelques semaines plus tard, il a même consulté divers experts sur les formes de traitement les plus efficaces. Il a découvert différentes sortes de kinésithérapie susceptibles de renforcer ma colonne vertébrale. Il n'a pas chômé.

« Tu vas devoir vivre avec cette pathologie, Bolt, m'a-t-il dit après son étude exhaustive. Les muscles de ton dos et tes abdominaux sont faibles, et ça se répercute sur tes hanches. Quand tu cours avec ta colonne vertébrale en S, la hanche tire sur les tendons et provoque une contracture ou une déchirure. Mais des exercices pour renforcer ton dos et tes abdos devraient te permettre de supporter ces dysfonctionnements. »

En tant que sprinteur, j'étais habitué à fréquenter la salle de gym. Une partie de mon entraînement avec Coach Coleman consistait à me muscler le bas du dos, les abdos, les ischios et les quadriceps. On travaillait aussi sur mes mollets et les articulations de mes chevilles : des instruments importants pour m'aider à tout exploser sur le 200 mètres. Coach Mills m'a dit que le travail en salle de gym resterait une partie essentielle de notre programme d'entraînement, mais il avait aussi conçu un programme supplémentaire spécifique pour mon dos et mes abdos. Il s'est rendu compte que j'aurais à effectuer quotidiennement un nombre incroyable d'exercices pendant au moins une heure pour me maintenir en forme et gagner de grands championnats.

Des abdominaux, des étirements… Mon Dieu ! La première fois que j'ai vu ça sur le papier, j'en ai eu le tournis. Ça semblait costaud, même si je comprenais bien que chaque exercice visait à augmenter la puissance de mes vertèbres et que l'on développait des muscles pour soutenir ma colonne. Je maugréais. J'ai tout de suite détesté ce travail supplémentaire. Je faisais les exercices à la maison, et, parce que le coach connaissait ma réputation de flemmard, il me surveillait de près. Tous les soirs, il me regardait m'étirer et me contorsionner. La plupart du temps, ça m'énervait. J'étais déjà fatigué des entraînements sur piste, je ne pensais qu'à m'affaler ou à jouer à des jeux vidéo, mais le coach s'assurait que j'accomplisse jusqu'au dernier mouvement de son foutu programme.

Et ça n'était pas tout. Je suis retourné plusieurs fois chez le Doc en Allemagne où j'ai reçu d'autres injections pour décontracter mon dos. À la maison, nous avons engagé un masseur qui s'occupait de moi avant et après chaque course et chaque entraînement. J'ai changé de club pour le Racers Track Club situé sur le campus de l'université des Indes occidentales, à la périphérie de Kingston, car mon coach y travaillait. Avant la moindre foulée, mon dos et tous mes muscles recevaient des soins sur une table de massage. On tirait sur mes jambes, mes tendons, mes mollets. Tous mes muscles étaient échauffés afin de les empêcher de claquer à la moindre tension.

C'était une toute nouvelle vie pour moi, mais le coach m'accompagnait pas à pas. Parce qu'il comprenait ma personnalité, il savait que j'avais besoin d'affection et de communication. Chaque fois que j'étais stressé ou abattu à cause de mes blessures, il débriefait le problème avec moi. Si par hasard j'arrivais fâché sur la piste, si je m'enfermais dans le mutisme, il venait le lendemain matin chez moi pour discuter.

« Bolt, qu'est-ce qui ne va pas ? » demandait-il.

Je commençais par hausser les épaules.

« Rien, Coach.

— Allons Usain, qu'est-ce qui se passe ? »

Il insistait un peu et je finissais toujours par m'expliquer, qu'il s'agisse de l'entraînement, d'une douleur persistante ou d'une grande fatigue. Il avait toujours une réponse sensée qu'il me livrait habituellement tout en gagnant nos parties de dominos. La plupart du temps, il me conseillait de travailler plus dur, beaucoup plus dur.

Il était pour moi comme un parent. Parfois, un père doit faire comprendre des choses à son fils. Il répète inlassablement la même chose pour la lui enfoncer dans le crâne. Au début, le gosse pense : « Oh non, ferme-la. » Mon coach était un père, et j'étais le gamin. En tant que jeune homme, je ne réalisais toujours pas que j'avais un don, parce que je n'avais pas la moindre distance par rapport à la situation. Même si j'avais amélioré certains records du monde juniors et concouru aux JO. Mon coach, lui, voyait clair. Il savait exactement ce que je devais faire en plus si je voulais progresser.

Il m'a engagé à me consacrer pleinement à l'entraînement. Il voulait que je me découvre une faim de réussite pendant notre première année de collaboration. Chaque fois que je ratais une séance en salle ou que je sortais faire la fête à Kingston, il soulignait pourquoi il était si important que je travaille plus dur. Ça a dû être frustrant pour lui de me voir déconner souvent, mais jamais il ne m'invectivait ni ne criait. Nous ne nous sommes jamais disputés. Il m'expliquait plutôt son parcours pour devenir coach. Il me racontait le travail qu'il avait dû fournir et parlait des athlètes qui avaient réussi sous son aile. J'écoutais toujours attentivement, car je savais qu'il avait d'immenses connaissances, et, à nos débuts ensemble, nous avons probablement eu plus de concertations que Bill Gates et

Richard Branson réunis. C'était le commencement d'une merveilleuse association.

*

J'ai commencé à me réveiller en 2005.

En juin, j'ai gagné le Grand Prix de New York et le championnat national jamaïcain à Kingston. Un mois plus tard, je me suis offert l'or aux championnats d'Amérique centrale et des Caraïbes à Nassau. J'ai aussi couru un 200 mètres en 19 secondes 99 à Londres. Mes chronos m'avaient propulsé au sommet des classements, et j'étais à nouveau considéré comme un des jeunes les plus prometteurs. Je sentais que j'étais sur le point d'exploiter pleinement mon potentiel et de défier les grands noms.

J'étais passé à la vitesse supérieure sans m'en apercevoir ; l'idée initiale était de boucler la saison 2005 en concourant dans quelques compétitions faciles, tout en retrouvant la grande forme. Les résultats ont été meilleurs que prévu. Mentalement, j'avais changé et, à la veille des championnats du monde de 2005 à Helsinki, en août, je me sentais fort. C'est à ce moment que le coach a détecté en moi un instinct de tueur. Il dit que je suis devenu un champion au mental d'acier lors de la finale du 200 mètres, cette année-là.

Avec le recul, il me semble que je me sentais plus fort lorsque j'ai pris l'avion pour traverser l'Europe jusqu'en Finlande. J'ai souvent pensé au travail initial effectué avec le coach et à ses résultats, tant sur la piste qu'en dehors, et, de novembre aux mois d'été, son programme d'entraînement m'avait indéniablement endurci physiquement. Mon ventre ressemblait à une tablette de chocolat, mes jambes étaient puissantes, des veines tapissaient les courbes de mes cuisses et de mes mollets. Mentalement, j'étais plus costaud aussi. Débarrassé de la tension physique inutile d'un

programme d'entraînement de fond trop lourd, je n'avais plus de tensions musculaires.

Il n'y avait plus ni doute ni questionnement.

Nous avions également fait des modifications techniques. Le coach m'avait demandé de réduire ma foulée, car je surétendais apparemment mes jambes, ce qui occasionnait une perte de contrôle et donc de vitesse pendant mes courses. En dépit des améliorations à apporter, notre tandem fonctionnait. Il s'agissait alors de trouver un équilibre délicat entre exploiter au mieux mon talent naturel et soigner ma scoliose. On avait allégé mon programme, et je crois que les séries les plus longues que j'ai faites au Racers Track Club étaient des 500 mètres. À chacune des séances d'entraînement, je ne faisais qu'un sprint long. Alors que je me reposais sur le bord de la piste, le coach m'écoutait et me laissait exprimer ce que je ressentais. C'était comme un mécanicien prêtant l'oreille à un moteur en sport automobile. Chaque soupir ou grognement de ma part lui inspirait un réglage.

Nos ajustements avaient suffi à améliorer mes performances. J'étais assez confiant et espérais bien décrocher une médaille à Helsinki. D'ailleurs, les médias me considéraient comme « médaillable », et c'était bien agréable. Quoi qu'il arrive, nous nous étions mis d'accord, et, même si je ne montais pas sur le podium, la Finlande était une occasion d'en apprendre davantage. À la réflexion, c'était une bonne décision. D'abord, c'était un environnement nouveau pour moi ; là-bas, il fait extrêmement froid et humide. Des conditions auxquelles je n'étais pas habitué, mais que je devrais apprendre à endurer puisque j'allais courir de plus en plus souvent en Europe du Nord.

Lorsque la compétition a débuté, j'ai franchi sans problème les séries. Je me sentais solide et mes foulées étaient régulières.

Séries : premier, 20 secondes 80.

Quarts de finale : deuxième, 20 secondes 87.

Demi-finales : quatrième, 20 secondes 68.

Ma performance médiocre en demi-finale signifiait que je courrais à la corde en finale ; j'étais désavantagé. Être au couloir numéro un[4], c'est vraiment la poisse pour un sprinteur de grande taille parce que cela impose une pression supplémentaire au corps lorsqu'on se penche dans le virage. Mais je pensais tout de même que pour la première fois, je pouvais réussir dans un grand championnat. « Allez Bolt, oublie Athènes, me suis-je dit. Vas-y à fond ! »

J'étais jeune, et ce qui m'arriva ensuite fut vraiment une leçon que je n'oublierai jamais. Au moment du départ, le sprinteur américain John Capel n'était pas installé. Au contraire, à chaque fois qu'on nous appelait, il faisait l'imbécile, retardait le départ ; il s'est même débrouillé pour faire un faux départ. Je ne comprenais pas le jeu de ce type, moi je gelais ma peau de Jamaïcain sous cette pluie glacée. Chaque retard au départ me refroidissait un peu plus les muscles.

Mais j'étais assez concentré pour bien m'élancer au coup de pistolet et – « Crac ! » – je collais au peloton dans le virage ; à la sortie, j'étais avec les leaders, les quatre Américains John Capel, Justin Gatlin, Wallace Spearmon et Tyson Gay. Mes jambes et mon dos tenaient ; l'énergie qui m'avait fait défaut à Athènes était revenue. Mais lorsque j'ai essayé d'allonger ma foulée, tout s'est compliqué. J'ai tiré trop fort et j'ai eu l'impression qu'on m'avait agrippé l'arrière de la jambe. Capel avait réussi son coup. Son cirque au départ m'avait glacé les muscles, et l'un d'eux s'était déchiré à cause du froid. « Woh, ai-je pensé, mets la pédale douce… »

J’ai serré les dents et trottiné jusqu’à la ligne d’arrivée que j’ai franchie le dernier dans un chrono minable de 26 secondes 27, mais je n’allais pas me mettre à boiter et retourner au départ : il fallait que je termine. Il s’est alors produit une chose étrange. Quand j’ai quitté la piste, le coach avait l’air heureux, le visage fendu par un immense sourire.

« Merde ! ai-je pensé, comment peut-il être si content ? »

Il a mis son bras autour de mes épaules.

« Bolt, je viens de voir une nouvelle personne sur la piste, m’a-t-il dit. Je ne sais pas ce qui s’est passé, mais tu t’es mué en un compétiteur différent, un animal. Tu t’es découvert un cœur de champion. »

Que j’aie surmonté ma douleur et terminé la course plutôt que d’abandonner avait révélé une détermination dont il n’avait jamais été témoin auparavant. J’avais montré une volonté qu’il ne s’attendait pas à trouver en moi. Le coach a pris ça comme un signe, comme une révélation de mon potentiel au niveau mondial. Même si je ne le réalisais pas, Helsinki a été pour lui le premier indice que quelque chose d’énorme pourrait nous arriver à tous les deux. Je pensais qu’il était complètement fou. Dans mon esprit, il n’y avait rien de glorieux à terminer dernier. « Plus jamais. »

7

La découverte du point de non-retour

On dit que tous les sprinteurs se ressemblent. Qu'ils sont cavaleurs, qu'ils conduisent des voitures rapides et jouent aux jeux vidéo. Ils ont aussi besoin de beaucoup de sommeil. Ce stéréotype me correspond, surtout en ce qui concerne la tendance à traîner au lit. Je n'ai jamais été un lève-tôt, même pour profiter d'une aube magnifique sur les Blue Mountains, la chaîne de sommets recouverte de forêts qui sert d'horizon à la ville. Impossible de me faire faire quoi que ce soit avant midi, que ce soit prendre un appel téléphonique ou honorer un rendez-vous. Pas question qu'un magazine m'impose une séance photo au lever du soleil. Je déteste me lever de bonne heure et, si j'y suis contraint pour des raisons professionnelles, je suis d'une humeur massacrante et j'ai la migraine pendant des heures.

Cette indolence a causé de sérieux soucis à mon coach pendant la saison 2006, même s'il s'en est d'abord accommodé. Si la saison précédente avait été consacrée à trouver un équilibre entre un entraînement intensif et le souci de ménager mon dos, l'année 2006 devait être celle du retour à la grande forme. Et cela impliquait quelques souffrances. Le coach avait intensifié l'entraînement

foncier, ce qui avait augmenté mes douleurs aux abdominaux, vertèbres et ischio-jambiers. Le travail sur piste me faisait mal aux jambes et me brûlait les poumons comme à l'accoutumée, mais la préparation physique avait un effet pire encore. Je souffrais des pieds à la tête à cause d'un nouveau programme destiné à augmenter ma puissance musculaire. Nous travaillions particulièrement sur mes muscles du dos pour renforcer ma colonne vertébrale. En acquérant plus de force, je pourrais amplifier ma vitesse dans le virage du 200 mètres et gagner plus d'énergie dans les trente derniers mètres de la course.

Tout cela était supportable, jusqu'à ce que mon coach décide que je devais m'entraîner tôt le matin. Il avait noté que le travail cardio-vasculaire était certes plus efficace en fin de journée, mais que mon corps réagissait mieux au travail en salle avant midi. C'était une très mauvaise nouvelle, car tout cela m'obligeait à me lever aux environs de dix heures.

Lorsque l'entraînement foncier a débuté, je me suis efforcé de respecter le programme, mais j'ai rapidement séché une séance en salle ici ou là. Le Spartan Health Club – le gymnase de New Kingston dans lequel je m'entraînais avec toutes les stars de l'athlétisme jamaïcain – est vite devenu pour moi un lieu de détente.

D'une certaine façon, j'étais victime de mon propre succès. Les changements imposés par mon coach m'avaient permis de progresser lors de grandes compétitions, et je n'avais plus envie de me fatiguer à l'entraînement comme avant. Mes douleurs dorsales avaient disparu et je gagnais aussi de plus en plus souvent en 10 secondes 06 alors que le niveau de compétition s'était considérablement élevé. Au lieu de me concentrer comme l'année précédente sur les rendez-vous relativement modestes comme les championnats d'Amérique centrale et des Caraïbes, je me mesurais

maintenant aux grosses pointures américaines comme Tyson Gay, Wallace Spearmon ou Xavier Carter. C'est ainsi que je terminais troisième au Grand Prix de Lausanne en Suisse et deuxième à la coupe du monde IAAF, à Athènes. Dans l'intervalle, le coach avait décidé de ne m'engager que dans un minimum de réunions européennes durant l'été, afin que je puisse faire une saison complète sans pépin.

Ces petites victoires auraient dû me motiver pour travailler plus dur, mais elles m'ont servi de prétexte pour me relâcher.

Je me disais : « Bon, je me débrouille bien. Je m'en sors en séchant la préparation physique de temps en temps. » Certains matins, alors que j'aurais dû être au Spartan, je restais au lit. Évidemment ma flemme m'a joué des tours. Ce fut le cas en mai, quand j'ai disputé une compétition au National Stadium, à Kinsgton…

J'ai d'abord cru que ce serait une occasion de briller. Je voulais prouver que je n'étais pas fini et que ma performance médiocre d'Athènes était un accident. Ce soir-là, je devais courir le relais 4 × 400 mètres contre mon vieux rival Keith Spence et je pensais faire une bonne course. Mais au moment où j'ai empoigné le témoin et rejoint Spence dans le virage, j'ai senti un élancement familier à l'arrière de ma cuisse. « Twang ! » Un ischio-jambier avait lâché, et j'avais très mal. Cette fois j'ai quitté la piste, bien que je sois à Kingston. Je ne pouvais surmonter la douleur comme je l'avais fait à Helsinki, peut-être parce que les enjeux n'étaient pas aussi hauts. Agrippant l'arrière de ma jambe, j'ai boitillé à la recherche d'une main secourable.

Je cherchais le visage du coach dans la foule, mais au moment où je m'approchais de la tribune principale, une huée s'est élevée. Puis une autre, et encore une. La clameur s'intensifiait à chacun de

mes pas. Quand je suis parvenu au bord des gradins, tout le public exprimait bruyamment sa désapprobation. Bon sang, ils avaient l'air énervé. Certains criaient, juraient même, en disant que j'avais fait exprès d'abandonner pour ne pas me faire battre. Puis ils se sont moqués de ma boiterie.

« Qu'est-ce qui se passe ? me suis-je dit, très mal à l'aise. Comment est-ce arrivé ? »

Mon monde s'écroulait ; je n'arrivais pas à y croire. J'avais entendu parler de cauchemars dans lesquels on se trouve confrontés à une pièce remplie de gens furieux, hurlant des insultes. Et je vivais ça pour de bon, mais ce n'était pas un rêve. Franchement, je n'avais jamais imaginé qu'un jour le public jamaïcain – mon peuple, les mêmes personnes qui m'avaient encouragé de tout leur cœur lorsque j'avais gagné les championnats du monde juniors en 2002 – me sifflerait un jour, sur cette piste de Kingston. Cette douleur-là m'était bien plus insupportable que ma douleur physique. Je n'avais que dix-sept ans, j'étais un môme, et la critique me blessait profondément. J'avais toujours couru avec mon cœur pour le public jamaïcain, et toute la tension liée à ma blessure d'Athènes venait de la peur de les décevoir parce que je n'étais pas à cent pour cent de mes capacités. Cette blessure à Kingston était un double coup du sort. J'ai quitté le stade d'une humeur massacrante. Le retour à la maison en voiture a été horrible. En arrivant devant la porte de chez moi, j'avais des idées noires.

D'abord, je me suis interrogé sur mes capacités.

« Je ne suis pas assez bon pour ce sport… »

Puis j'ai pensé au public.

« Oh ! là ! Je me suis fait huer par mes compatriotes alors que j'étais au maximum. Je courais vraiment très vite… Et si ça se passait toujours comme ça à partir de maintenant ? »

Ça n'a fait qu'empirer. « Il y a trois ans que j'ai entamé une vie de sportif de haut niveau. Ça ne marche pas. Dois-je vraiment continuer ? Tout ce que je fais foire, quel que soit mon engagement. Ça ne me correspond peut-être pas. L'athlétisme, c'est trop dur… »

Je me racontais n'importe quoi. Je ne pensais pas sérieusement tout arrêter, mais le lendemain, j'ai fait part à mon coach de mes doutes au sujet de la direction que prenait ma carrière.

« Je ne comprends pas ce qui se passe, lui ai-je dit. Pourquoi m'ont-ils hué ?

— Les Jamaïcains sont comme ça, Usain, m'a-t-il expliqué. Si tu réussis, ils t'encensent, si tu te plantes, ils te clouent au pilori. C'est la Jamaïque. Tu dois te mettre dans la tête que tu cours pour toi d'abord et toi seul. Ton pays vient ensuite. Tu ne peux pas passer ton temps à t'inquiéter de ce que les autres pensent. Si tu ne comprends pas ça, alors ce que tu fais est dénué de sens. » Le coach était expert en la matière. Il faisait lui-même l'objet de critiques sévères. Les médias l'attaquaient, affirmant que je gaspillais mon talent avec lui et qu'il ne m'entraînait pas correctement malgré mes résultats de 2005. Mais ils n'avaient aucune idée de nos projets et de nos objectifs à long terme.

« Écoute, si on a de bons résultats, on leur prouvera que toi et moi sommes capables de tout surmonter », m'a-t-il rassuré.

Je suis rentré chez moi et j'ai réfléchi à ce qu'il m'avait dit et à ce que j'allais faire. Je savais qu'il avait raison, que j'allais devoir ignorer toutes les critiques. J'ai pensé : « Au diable les fans, je vais continuer et je vais le faire pour moi-même. » J'avais enfin un autre mantra pour mes départs de course. « Ne pense pas aux autres. Vas-y. » Tout à coup, l'athlétisme, c'était moi d'abord et le public jamaïcain après. C'était bon de ne plus s'inquiéter.

Le coach m'a très souvent donné son avis. Que je manque une séance d'entraînement, que je sorte trop, que je sèche la préparation physique ou que j'accuse une baisse de forme, il venait chez moi pour en parler.

Début 2007, quand j'ai couru en 10 secondes 07, il m'a suggéré de trouver une inspiration, quelque chose qui puisse me servir d'objectif à l'entraînement en salle comme sur la piste.

« Tu dois te fixer des objectifs précis pour pouvoir exiger davantage de toi-même, m'a-t-il expliqué. Le désir est la clé du succès. »

C'était un très bon conseil. Aux débuts de ma carrière d'athlète professionnel, je voulais gagner suffisamment d'argent pour faire des cadeaux à mes parents. Ma mère n'avait pas de lave-linge et elle détestait faire la lessive à la main, alors je souhaitais lui offrir une machine toute neuve. Quant à mon père, il se plaignait toujours d'être fauché, ce qui m'exaspérait. Un jour, alors qu'il recommençait à râler à propos des factures, je lui avais même dit : « Je vais te rembourser "chaque" centime que tu m'as consacré depuis ma naissance ! » Je me disais que si je gagnais assez, je pourrais même lui acheter une nouvelle voiture.

On a eu le lave-linge assez rapidement, mais je voulais beaucoup plus. On se laisse facilement impressionner par ce que le sport – quel qu'il soit – peut rapporter. À mes débuts sur le circuit pro en 10 secondes 04, je n'en ai pas cru mes oreilles quand j'ai découvert combien les meilleurs coureurs de 100 mètres – dont Asafa Powell – gagnaient. Le 100 mètres signifie à la fois prestige et fortune, et les stars empochaient alors 16 000 livres sterling par victoire sur un meeting de la Golden League, la série de réunions annuelles organisée par l'IAAF. Souvent, pour une simple participation aux compétitions, les meilleurs étaient payés autour de 10 000 livres par

course… et quand on était une star du sprint[1], il y avait bien d'autres contrats en or à décrocher.

Asafa était devenu une vedette internationale quand il s'était emparé du record du monde en 9 secondes 77, en 2005. « Pow ! » Soudain, il avait pris de la valeur aux yeux des équipementiers et des fabricants de boisson qui se battaient pour le sponsoriser. Et quand je le voyais dans Kingston ou aux compétitions, il était toujours au volant d'une voiture de luxe.

« Hmm, je veux la même chose », m'étais-je dit.

L'année 2004 avait mal commencé. Avant les Jeux olympiques, on s'intéressait beaucoup à moi. J'étais le champion du monde junior et le champion du monde jeunesse en titre, et j'avais battu toutes sortes de records. Le public voulait me voir courir. J'étais considéré comme une denrée intéressante, surtout en Jamaïque, et on était prêt à me payer rien que pour que je vienne courir, mais mes blessures m'empêchaient d'être présent. Sans parler des victoires. Je n'ai pas pu tirer parti de mes talents de sprinteur au cours de cette première année.

M. Peart avait obtenu pour moi quelques contrats sans rapport avec le sport. Quand j'y repense, ça n'était pas grand-chose, mais ça correspondait sans doute à ma valeur marchande de l'époque. À dix-sept ans, j'avais signé un contrat de sponsoring avec le supermarché SuperPlus. En échange de mon image sur les vitrines, on me donnait des produits alimentaires tous les mois. Puis j'en ai signé un autre, modeste, avec l'équipementier Puma, ce qui me permettait d'avoir des chaussures gratuites. J'en étais très fier. J'ai aussi été l'ambassadeur d'une société de téléphones mobiles appelée Digicel. J'avais un peu d'argent sur mon compte bancaire, mais quand il n'y en avait plus, il n'y en avait plus. Quand mon chèque arrivait, je devenais fou et je dépensais tout. J'ai souvent dû demander

quelques dollars à M. Peart pour boucler les fins de mois. Mais il ne marchait pas.

« Tant pis pour toi, répondait-il quand je lui expliquais mes problèmes. Ça t'apprendra à épargner ! »

J'ai pris quelques bonnes leçons cette première année. J'ai rencontré un agent du nom de Ricky Simms, de PACE Sports Management à Londres. M. Peart me l'a présenté pour me conseiller, car il travaillait avec plusieurs recordmen du monde et des athlètes américains, kenyans et britanniques. Ricky est irlandais et travaille avec sa compagne Marion Steininger. Le premier contact avec eux a été agréable, divertissant. Comme mon coach, Ricky m'a plu dès notre première rencontre. Ancien coureur de demi-fond de bon niveau lui-même, il comprenait les contraintes d'un athlète autant que le potentiel financier qu'il incarnait. Quand il est venu à Kingston pour me rencontrer, il m'a expliqué comment fonctionnaient les affaires et le parti financier que je pourrais en tirer « si » j'exploitais pleinement mes capacités.

Il m'a dit que, si je réalisais de meilleurs chronos, mes revenus augmenteraient ; je pourrais être rémunéré pour une simple participation à des courses et obtenir des primes pour mes victoires. Une médaille d'or ici et une médaille d'argent là, et les organisateurs paieraient pour que je vienne à leurs meetings. Les sponsors et contrats afflueraient et en généreraient d'autres – comme les publicités télévisées et les invitations à des événements publiques. Tout cela m'a motivé.

« Bon, si je reste en forme, tout pourrait aller vraiment bien pour moi. Je pourrais gagner pas mal d'argent », ai-je pensé.

En 2004, Ricky me l'a clairement expliqué : pour gagner plus d'argent, pour m'acheter des voitures comme celles d'Asafa, il fallait remporter des courses majeures sur le circuit. Mais pour y parvenir

je devais dominer les Shawn Crawford et Wallace Spearmon, sur 200 mètres. C'était plus facile à dire qu'à faire. Je ne savais tout simplement pas comment battre ces deux-là. Wallace m'énervait tout particulièrement. Chaque fois que je pensais avoir pris le meilleur sur lui, il me coiffait au poteau. Mon coach est venu à la rescousse. Au début de la saison 2005, il a remarqué un défaut qui, corrigé, ferait de moi un adversaire plus dangereux.

« Bolt, tu n'arrêtes pas d'agiter la tête, m'a-t-il dit un après-midi sur la piste. Pendant toute la course, tu te tords le cou pour regarder les autres athlètes. Ça te fait perdre du temps. Ça coupe ton élan. Si tu étais un cheval, je te mettrais des œillères. Si tu veux battre Wallace, regarde devant toi… »

J'ai écouté attentivement et j'ai suivi son conseil. Lors de notre 200 mètres suivant, je me suis appliqué à ne pas regarder Spearmon jusqu'aux cent cinquante mètres. Et quand j'ai jeté un œil, il était invisible, très, très, *très* loin derrière.

« J'ai enfin compris ! » ai-je pensé. Wallace ne m'a plus jamais battu ensuite. Cet ajustement a suffi à améliorer mes chronos en 2005, ce qui me rendait plus *bankable*. Et j'ai rapidement pu offrir à ma mère le lave-linge de ses rêves.

En 2006 et début 2007, gagner plus d'argent est vraiment devenu mon objectif, car je voulais acheter une voiture à mon père et je rêvais aussi de me payer une voiture de sport. À l'époque, j'avais une Honda que j'adorais, mais je rêvais de quelque chose de plus haut de gamme. Ce rêve m'aidait à supporter la souffrance des entraînements. J'étais beaucoup plus concentré sur mon avenir que les autres athlètes du Spartan. Beaucoup d'athlètes jamaïcains se satisfaisaient des petites sommes qu'ils gagnaient. Ils disaient : « J'ai gagné quelques courses, j'ai assez. » J'étais différent. Je voulais tirer le maximum de ma carrière professionnelle. Chaque fois que je

voyais Ricky, je lui posais la même question : « Eh, explique-moi comment Untel se fait autant d'argent ? »

Je me motivais tous les jours avec ce nouvel objectif. Et quand l'envie me prenait de tirer au flanc, je me disais : « Que pourrais-je m'offrir de plus que ce que j'ai déjà ? De quoi ai-je le plus envie ? » J'imaginais la voiture, des vêtements, tout ce que j'espérais obtenir, et ça me stimulait. « Secoue-toi Bolt, mets-toi au travail si tu veux tout ça. » C'était quand même très difficile. Au cours de certaines séances, le coach me demandait de courir des 300 mètres en plus alors que j'avais piétiné la piste toute la soirée. Je ne sentais plus mon corps, je ne pouvais plus me traîner, et chaque mouvement me brûlait. Tous mes muscles demandaient grâce. « Nan ! J'en peux plus ! » Et il me fallait puiser très profondément en moi pour trouver la motivation.

Mais, en 2007, j'avais appris à accepter la souffrance. Mon coach avait baptisé ces instants où la douleur vous submerge le « point de non-retour ». C'est un moment de supplice pur et simple où le corps demande grâce à l'athlète parce qu'il n'en peut plus. C'est le moment où tout peut basculer. Le coach pensait que si l'athlète fléchissait à ce moment précis, toute la douleur endurée jusque-là était vaine. En revanche, si l'athlète parvenait à faire deux ou trois tours de plus, il en sortait plus fort.

J'ai aussi appris comment courir en ignorant les tiraillements et les brusques élancements. Le coach me disait de continuer même si j'avais une soudaine poussée de douleur, comme une épaule qui se coinçait ou des grincements dans les rotules. Durant ces moments, il fallait – selon lui – pousser encore plus loin. La nécessité d'aller au-delà de la douleur me ferait prendre conscience de ma capacité à l'oublier dans les moments de stress. La théorie de mon coach était assez simple.

« On ne sait jamais, Bolt, disait-il. Tu pourrais avoir une douleur lors d'une finale olympique et, si tu n'as pas compris comment la gérer à l'entraînement, tu risques de t'arrêter alors que c'est seulement passager et pas invalidant. Si tu t'arrêtes, tu perds ta chance de médaille d'or olympique, mais, si tu as apprivoisé ta douleur, tu la comprendras et tu auras toujours la possibilité de gagner. »

J'ai donc continué de courir chaque fois que j'avais mal. Le point de non-retour est devenu peu à peu une sensation désagréable, mais familière.

*

C'est étrange comme une seule course peut tout changer. En août 2007, au moment des championnats du monde d'Osaka au Japon, j'étais fort, très fort. J'avais surmonté le point de non-retour tant de fois que j'avais parfois cru mourir, et j'avais fait en serrant les dents tous les exercices programmés par mon coach. Tous les jours. Mais l'entraînement en salle, c'était autre chose. J'y allais sporadiquement et je détestais ça. Parfois, quand j'y pointais le nez, je ne faisais pas grand-chose

Mon travail sur piste portait ses fruits. J'avais progressé au classement mondial grâce à quelques bons chronos au début de la saison. En juin, j'ai fini deuxième du Reebok Grand Prix à New York. Je sentais que ma technique s'améliorait à chaque meeting ainsi que mes records personnels. Je pensais que je pourrais supporter d'arriver deuxième ou troisième d'une course si ces places étaient assorties d'un nouveau record personnel. J'étais satisfait du moment que j'augmentais mes performances.

En juillet, j'ai terminé deuxième à Athletissima – le Super Grand Prix au stade olympique de Lausanne en Suisse – et premier à

Londres au Norwich Union Grand Prix. J'étais donc un médaillable potentiel en arrivant à Osaka, mais je n'étais pas le grand favori, car Tyson Gay restait très fort. Il avait gagné les sélections américaines en 19 secondes 62, et le titre lui semblait acquis. Les pronostics lui étaient encore plus favorables avant le début des épreuves du 200 mètres parce qu'il avait battu Asafa en finale du 100 mètres, ce qui m'avait profondément surpris. D'abord parce qu'Asafa était recordman du monde en titre et qu'il était l'homme à battre. Ensuite parce que la victoire de Tyson le plaçait comme un sérieux concurrent pour les Jeux de Pékin l'année suivante.

Je me sentais tout de même en bonne forme. Mon coach semblait confiant aussi, mais alors que nous nous préparions pour les séries, il m'a rappelé ma blessure d'Helsinki. Il voulait que j'y aille doucement dans les courses préliminaires.

« Ne force pas trop, Bolt, répétait-il, n'en fais pas trop sur la piste. »

Il m'a expliqué que je devais finir parmi les deux premiers en demi-finales pour obtenir un bon couloir lors de la finale. Un couloir extérieur, plutôt qu'un couloir proche de la corde. Une fois ma place assurée dans chacune des courses, je pourrais y aller tranquillement. Le coach ne voulait pas que je me donne à fond, par précaution pour mes ischios.

« Bang ! » J'ai passé facilement la première série, rejoignant la ligne sans tension. Un adversaire a manqué se briser la nuque en essayant de me ravir la première place, mais j'en avais suffisamment sous le pied pour arriver deuxième sans donner mon maximum. J'ai gagné la deuxième série et les demi-finales sans trop d'efforts et chaque fois en battant Wallace. Ces résultats m'ont valu le couloir numéro cinq pour la finale, juste entre Tyson et Wallace. L'heure était venue.

Quand nous nous sommes alignés dans le stade Nagai, j'étais déterminé : « Ouais, je vais gagner ! » J'étais super confiant, et mon seul véritable souci était de réussir mon départ. Je savais qu'un mauvais temps de réaction serait rédhibitoire face à Tyson et que le moindre faux pas de ma part anéantirait mes chances. Surtout dans une course aussi importante qu'une finale de championnats du monde. Quand les enjeux étaient de ce niveau, ce gars-là était sans pitié. Pour gagner une médaille d'or, Tyson n'aurait pas hésité à se casser la jambe. Avec le recul, je ne pense pas qu'il imaginait une seconde que je puisse le battre un soir de finale. Dans son esprit, Wallace était sûrement le plus dangereux sur 200 mètres. Le principal indice prouvant que je n'inquiétais pas Tyson est la relation que nous avions encore à l'époque sur la ligne de départ. Avant les courses, nous discutions. Il me disait bonjour quand nous nous croisions et il riait toujours de mes blagues. Or Tyson n'échangeait jamais avec les gars qu'il pensait capables de le détrôner.

Il fonctionnait comme ça. Tout amateur d'athlétisme savait que Tyson était un type austère. Il fixait son couloir avant les courses comme s'il voulait écraser la piste, comme s'il la haïssait. Il était remonté. C'était sa manière de se conditionner. Il n'était pas du genre à faire le show pour les caméras. Il ne plaisantait pas avec les autres dans la chambre d'appel, la zone où les athlètes sont réunis avant chaque course. Ça le rendait facile à déchiffrer. Parce que je ne représentais pas une menace pour lui, il était sympa avec moi. Mais bon Dieu, je voulais vraiment devenir son pire cauchemar.

« Pan ! » Le coup de pistolet a retenti, et, en sortant des blocks, je savais que j'avais fait fort, car j'étais au coude à coude avec Wallace après cinquante mètres. J'ai regardé à côté de moi. Je ne voyais pas Tyson, mais je savais qu'il était juste derrière. Je me suis

reconcentré sur mon couloir. J'entendais sa respiration courte et vive, et le cliquetis de ses pointes sur la piste. « Clac ! Clac ! Clac ! » Pendant les soixante-quinze premiers mètres, ce son métallique et râpeux m'a accompagné, mais sans se rapprocher.

« Tyson ne va pas me doubler, ai-je pensé. Il ne va pas me doubler ! » J'aurais dû m'en douter. À la fin du virage, Tyson est parti comme un missile, creusant l'écart comme si rien ne pouvait l'arrêter. C'était incroyable, il m'avait pris quatre ou cinq mètres en un clin d'œil. Je le fixais, incrédule : « Qu'est-ce qui s'est passé ? » Mais je pensais encore pouvoir le rattraper. J'ai serré les dents et tiré sur mes bras.

« Je vais y arriver, me suis-je dit, alors que l'écart diminuait et que j'apercevais la ligne. Je vais y arriver ! »

J'étais fort, mais pas assez puissant. Mon moteur ne pouvait rivaliser avec la vitesse de Tyson.

« Nan, tu ne gagneras pas, ai-je pensé. Tu n'as plus rien sous le pied. Tu ne le battras pas. »

À vingt mètres de l'arrivée, la course était pliée. Tyson avait gagné en 19 secondes 76, établissant un nouveau record du championnat. Mais je m'étais adjugé l'argent en 19 secondes 91, devant Wallace, et c'était ma première médaille dans un grand championnat. Ce soir-là, je m'étais fait connaître.

Je pouvais me surpasser lors des événements majeurs. J'étais capable de travailler dur sans me claquer un muscle. Je pouvais gagner des médailles malgré ma scoliose. Et au diable ce qu'on pensait de moi dans mon pays ; je collais désormais aux basques de Tyson.

*

J’avais tout de même des interrogations, des frustrations. Après la course, je me suis laissé choir sur la piste. J’avais la tête qui tournait. Je voulais profiter du moment parce que j’avais tout donné, mais je ne parvenais pas à comprendre comment Tyson m’avait doublé dans le virage. En une fraction de seconde, il m’avait pris plusieurs mètres, me laissant sur place.

Au village des athlètes, ce soir-là, tout le monde se réjouissait de ma médaille d’argent. Moi aussi, mais je continuais à m’inquiéter. « Nom de Dieu ! Comment a-t-il fait pour me battre ! » À deux heures du matin, j’avais l’impression de devenir dingue. Incapable de me reposer, j’avais besoin de réponses. À pas feutrés, je suis allé frapper à la porte de mon coach de l’autre côté du couloir. Je le dérangeais ; il avait les yeux pleins de sommeil, mais il a vu tout de suite que c’était important.

« Usain ? Qu’est-ce qui ne va pas ? »

J’ai tout lâché.

« Comment a-t-il fait, Coach ! Non, mais sérieusement, pour surgir de cette manière ? Comment ? Je pensais vraiment que je le tenais. Je pensais que je pouvais gagner. »

On était au milieu de la nuit et la plupart des autres athlètes dormaient, mais je courais toujours virtuellement contre mon plus grand adversaire. Mon coach avait sa réponse toute prête. Il y pensait peut-être depuis un bon moment, que sais-je ? Mais ça en avait tout l’air.

« C’est parce que tu sèches les séances de préparation physique à la salle de gym, m’a-t-il dit du tac au tac. Tu crois que tu travailles, mais ce n’est pas le cas.

— Mais Coach…, ai-je coupé.

— Non, tu ne le fais qu’en partie, et, oui, c’est difficile, mais il faut le faire à fond. Rentre-toi ça dans le crâne, tu as de la vitesse,

mais tu manques encore de puissance. »

Il a ajouté que je devais être plus assidu au Spartan pour me renforcer sur le plan musculaire. Des muscles plus puissants m'amèneraient à l'entrée de la ligne droite avec la force de lever les genoux plus haut. J'aurais ainsi plus d'élan. La différence entre Tyson et moi, m'a expliqué mon coach, c'était qu'il avait encore des réserves quand les miennes étaient épuisées.

« C'est vrai, Coach ?

— C'est vrai, Usain. »

À ce moment, l'avenir s'est éclairci, et j'ai senti que je pourrais enchaîner les victoires. Je ne supportais plus d'être battu par Tyson Gay, ni par personne. J'étais intimement convaincu que j'avais le talent pour être le meilleur au monde. Bien sûr, le prouver allait être difficile, et je devrais me surpasser et travailler plus dur, mais, tant pis pour la souffrance, je voulais être le meilleur. J'étais prêt à fournir les efforts nécessaires. Jusque dans la salle de gym.

Je crois que tous les discours du coach avaient enfin porté leurs fruits. Je voulais courir plus vite que tout le monde, je voulais être numéro un. Mais, par-dessus tout, je voulais être champion olympique en 2008. J'avais trouvé une nouvelle motivation, et il ne s'agissait plus d'une voiture pour mon père ou d'une belle montre pour moi. En me recouchant, je n'ai eu qu'une pensée.

« Eh ! Tyson Gay : t'as eu de la chance ! »

*

Voilà un exemple qui illustre mon état de fatigue fin 2007. Pendant un meeting de fin de saison à Zurich, le coureur de 200 mètres américain Xavier Carter m'a battu tellement nettement dans une course que ça m'a excédé. Je crois n'avoir jamais été aussi énervé avant ou après une course.

Xavier était un dur à cuire. Quelques histoires louchent lui collaient à la peau. Son casier judiciaire comprenait une arrestation pour port illicite d'arme à feu. Il avait hérité du surnom de « X-Man » et, quand il gagnait une course, il mettait toujours ses bras en forme de croix, ce qui m'avait d'abord amusé, mais ça n'a pas duré.

La réunion de Zurich arrivait juste après les mondiaux d'Osaka, j'étais plutôt content d'y aller. Je me sentais prêt. X-Man, lui, n'était pas venu à Osaka à cause d'une blessure, et je ne m'en méfiais pas. Je ne m'attendais pas à ce qu'il soit dangereux, mais avant de boucler mes sacs pour Zurich, Wallace m'a mis en garde. « Eh, Usain, ne cours pas ce 200 mètres ! »

Je n'en croyais pas mes oreilles. « Quoi, Wallace ? lui ai-je répondu. Tu déconnes ou quoi ? »

Mais il était catégorique. « Vraiment, n'y va pas. X-Man est à Zurich depuis trois semaines, m'a-t-il expliqué. Il s'est entraîné comme un fou et n'a qu'une idée : nous battre. Il passe son temps à envoyer des textos et des menaces en tout genre disant qu'il va me botter le cul et à toi aussi. Il est super sérieux. »

Wallace et moi étions proches depuis un meeting en 2006 à Crystal Palace en Angleterre où j'avais empêché qu'il manque le départ d'une course. Ce jour-là, je m'échauffais et je regardais autour de moi pour voir qui faisait quoi. Wallace était un athlète qui aimait être sur la piste très tôt pour faire ses accélérations et ses essais de départ, mais cette fois-là, il était invisible.

« Où est-il passé ? m'étais-je demandé. Je sais qu'il est par là. Il devrait y être pour s'échauffer. »

Après une vingtaine de minutes d'étirements, j'ai commencé à me faire du souci.

« Quelque chose ne va pas. Il devrait être là. »

J’avais ramassé mes affaires et je m’étais dirigé vers le bord du terrain. À ma grande surprise, j’avais découvert Wallace étendu sur un banc, sa casquette sur le visage, dormant comme un loir. J’ai accouru et l’ai secoué.

« Eh, Wallace, qu’est-ce que tu fous ? ai-je crié. Viens vite. »

Il a sauté du banc.

« Quoi ? Qu’est-ce qui se passe ? a-t-il grommelé, sérieusement endormi.

— Il faut t’échauffer ! ai-je braillé. Grouille-toi, mon pote, je suis déjà prêt. »

Je savais que j’avais probablement évité à Wallace une performance décevante sur la piste. Sans un échauffement correct, il ne se serait sûrement pas couvert de gloire ce soir-là, et, après ce geste de ma part, nous sommes devenus amis. Certainement parce que Tyson avait gagné ce jour-là, que Wallace avait terminé troisième et moi quatrième.

Cette fois, c’était Wallace qui essayait de m’aider. En me rencardant à propos de X-Man, Wallace tentait de me réveiller à sa façon. Mais je n’étais pas d’humeur à l’entendre.

« Nan, ça ira, ai-je répondu », alors qu’il insistait sur le fait que X-Man était à fond. « Je suis bien, je suis en grande forme… »

Wallace était sceptique. « Je ne vais pas courir, mon pote. Je sens que quelque chose cloche. Il patiente depuis Osaka. T’es vraiment sûr de vouloir y aller ? De ne pas être fatigué ?

— Non, je ne suis pas fatigué, lui ai-je répondu.

— Tu es fatigué, dit-il. Tu ne réalises pas à quel point ton corps est vidé. »

Il n’était pas question que je l’écoute ; la présence de X-Man ne me perturbait pas. Bien sûr, il m’avait battu plus tôt dans la saison avec un super chrono de 19 secondes 63, le deuxième meilleur

chrono de tous les temps sur 200 mètres à l'époque, mais j'étais prêt et à point pour aller en Suisse, jusqu'au moment où je me suis retrouvé sur la ligne de départ.

Juste après que le coup de pistolet a retenti – « Bang ! » –, les mots de Wallace sont revenus me hanter. Ma mise en action a été bonne, mais au fur et à mesure que la course se déroulait – quarante, cinquante, soixante –, mon corps semblait se liquéfier sur la piste. Après soixante-dix mètres, j'étais vidé, sans la moindre énergie. J'ai alors regardé à côté et j'ai vu X-Man sortir du virage. En tête.

« Ah, merde, ai-je pensé. Je vais perdre cette course. Wallace avait raison. »

Je me suis calmé, pensant que je pourrais prendre la deuxième place sans trop de problèmes.

« Tant pis, me suis-je dit. Je ne vais pas me stresser, j'y vais tranquille… »

C'est alors que le pire est arrivé. X-Man a gagné ; il était super remonté et il l'a manifesté en courant dans la ligne droite opposée, les bras en croix, ce qui était sa marque de fabrique. Ça m'a exaspéré.

« Vraiment, tu ne viens pas aux championnats du monde et tu oses me faire ça ? me suis-je dit. Tu me fais le coup de la croix ? Tu déconnes ou quoi ? »

J'étais ulcéré, et, quand j'ai revu Wallace peu après il s'est moqué de moi.

« Je t'avais dit de ne pas y aller ! m'a-t-il dit. Je t'avais prévenu. »

J'étais encore fou furieux. « Eh, ne prends pas le départ de ma prochaine course contre X-Man ! lui ai-je lancé

— Quoi ?! m'a répondu Wallace.

— Vraiment, ai-je insisté. Ne prends pas le départ. Ça va être la revanche. »

J'étais on ne peut plus sérieux, mais Xavier m'avait donné une leçon en tout point aussi utile que ce que m'avait enseigné mon coach. Je devais apprendre à mieux connaître mon corps. Je devais savoir exactement quand j'étais fatigué. Sans cela, je ne deviendrais jamais un ténor de l'athlétisme.

8

Souffrance ou gloire

« Tu devrais te mettre à une autre distance. » Le coach faisait comme si j'avais voix au chapitre, mais nous savions tous deux qu'il s'agissait d'un ordre. Malgré ma défaite contre X-Man à Zurich, je m'étais renforcé physiquement pendant la saison et mon dos avait bien réagi aux nouveaux exercices et aux traitements du médecin de Munich. J'avais un nouveau masseur, nommé Eddie, qui m'échauffait avant chaque séance d'entraînement et avant toutes mes courses. Mais ma forme sur 200 mètres était perfectible avec quelques entraînements supplémentaires. En travaillant sur une autre distance j'augmenterais ma puissance et mon endurance. J'irais plus vite dans le virage et j'améliorerais mes fins sur le fil.

« Ouais, bonne idée, Coach ! » ai-je répondu, quand il a suggéré ça au milieu de l'année 2007. « Ça me plaît. » Puis il m'a annoncé l'impensable.

« Usain, je pense que tu devrais refaire du 400 mètres comme au lycée.

— Quoi ? Du 400 mètres ? Pas question ! »

Pour moi, cette distance, c'était l'horreur. Le 400 mètres ne signifiait que souffrance. En repensant aux entraînements à William-

Knibb avec Coach McNeil, j'avais la nausée. J'avais vu avec quelle intensité les pros couraient le 400 mètres. C'était la course de la mort pour moi. Je savais que le point de non-retour sur 400 m'achèverait.

« Nan, Coach, ai-je répondu en réfléchissant à toute allure. Mettons-nous plutôt au 100 mètres [1]. »

Le coach a grimacé, pensant que je délirais. Dans son esprit, une distance plus courte était plus difficile à aborder parce que tellement plus exigeante techniquement. « Bang ! » Après le coup de pistolet du starter, tout devait se passer sans heurt, et la moindre erreur pouvait bousiller la course. Un mauvais départ ? Terminé. La technique te fait défaut dans la phase de mise en action ? Terminé. Tu perds ta concentration dans les derniers mètres ? Terminé.

Sur 200 mètres, je pouvais commettre une erreur, avoir une foulée hésitante ou faire un départ lent, et revenir dans le virage. Il y avait plus de temps et de distance pour se replacer. Le 100 mètres, c'était une autre histoire. Tant de choses pouvaient aller de travers, et il y avait si peu de temps pour réparer quelque erreur technique que ce soit… Tout devait être parfait, du premier geste au franchissement de la ligne.

Le coach se souciait aussi du caractère explosif de cette course plus courte qui pourrait ajouter de la tension à mon dos et à mes jambes.

Pour couronner le tout, le coach a ensuite estimé que je prendrais un temps fou à m'extraire des starting-blocks. Quelques années auparavant, mes coachs au lycée m'avaient dit que j'étais trop grand pour le 100 mètres et mon entraîneur actuel me ressortait la même histoire. Ma taille me pénalisait, ce n'était pas faux. J'étais bien plus grand que Tyson, qui mesure un mètre soixante-dix-huit. Il était suffisamment petit pour jaillir des starts en

un clin d'œil, mais assez grand pour couvrir la distance à un rythme très rapide. C'était un compromis qui lui permettait de s'aligner à la fois sur 100 et 200 mètres.

Le départ est la principale difficulté sur une distance courte. Dès que le coup de pistolet retentit, le sprinteur en position accroupie doit déplier son corps le plus rapidement possible. Un coureur de grande taille est désavantagé parce que cela lui prend plus de temps, c'est de la physique la plus élémentaire. En direct, ce geste dure une fraction de seconde, mais cela suffit à départager quelqu'un comme moi d'un plus petit comme Tyson ou Asafa. En course, cette fraction de seconde fait la différence entre un champion et un concurrent lambda.

Le coach avait tout calculé. Il considérait aussi qu'il était plus difficile pour un type comme moi d'avoir une fréquence rapide parce que mes jambes étaient trop longues. Avec plus de un mètre quatre-vingt-dix, difficile d'aller très vite. Malgré les nombreuses lois de la physique jouant contre moi, je n'en démordais pas.

« Allez Coach, lui disais-je, suppliant. Donnez-moi juste une chance. Inscrivez-moi sur 100 mètres dans un meeting. Si je cours mal, promis, je ferais du 400 mètres la saison prochaine. Mais si je cours bien, en 10 secondes 30 ou mieux par exemple, alors je continuerai le 100 mètres. »

Il a accepté à contrecœur. Une partie de sa stratégie consistait à mettre ses coureurs à l'épreuve avec des objectifs réalisables, pour les motiver davantage à l'entraînement. Il faisait en sorte que ce soit gratifiant pour que – une fois l'objectif atteint – il puisse s'en fixer un nouveau. Puis encore un autre. C'était la méthode de l'âne et de la carotte.

Mes débuts sur 100 mètres ont eu lieu selon ce schéma. Le coach m'a d'abord demandé de battre le record national du 200 mètres qui

était de 19 secondes 86. Si j'y parvenais, il m'autoriserait à faire un essai sur 100 mètres. Une petite course à Rethymnon en Crète, en juillet, avec un chrono de 10 secondes 30, lui ferait oublier son programme sur 400 mètres. Il agitait la carotte, mais je savais qu'en cas d'échec, je m'exposais à une saison très douloureuse.

J'étais ravi et je me suis surpassé. Aux championnats de Jamaïque de 2007, j'ai atteint le premier objectif fixé en améliorant le record national du 200 mètres de Don Quarrie – vieux de trente-six ans – avec un chrono de 19 secondes 75. À Rethymnon, à peu près un mois avant les championnats du monde d'Osaka, c'était quitte ou double : la gloire sur 100 mètres ou la mort avec le 400 mètres.

« Allez, me suis-je dit en me dirigeant vers la ligne de départ. Pas question d'être derrière aujourd'hui, sinon c'est la mort assurée avec le 400 mètres… »

« Crac ! » Le coup de pistolet a retenti, et je suis parti à fond comme une fusée. Je n'avais pas le temps de penser à ce qui se passait, je courais juste aussi vite que je pouvais, en activant mes jambes et en tirant fort sur mes bras. J'avais oublié ma taille et les désavantages de mes grandes cannes. La terrible image du coach surveillant son chrono alors que je faisais des séries de 700 mètres à l'entraînement m'a galvanisé. J'ai regardé la ligne d'arrivée et je me suis aperçu que j'étais en tête.

« Merde, ai-je pensé, je vais gagner ! »

La course s'est terminée en un clin d'œil. J'ai regardé le chrono en priant pour qu'il soit correct. « Premier : Bolt en 10 secondes 03 », annonçait-il.

« Dix zéro trois ?! »

J'étais sauvé. J'avais gagné avec un temps tellement bon que je savais que je n'aurais plus jamais à courir le 400 mètres. Le

soulagement et la joie m'ont envahi en même temps. Mon chrono venait comme la grâce juste après une terrible condamnation. Le coach semblait ravi aussi. Ma vitesse l'avait bluffé.

« Je ne pensais pas que tu puisses courir en dix zéro, m'a-t-il dit tout sourire. Je tablais sur dix une, dix deux, mais pas ça… »

J'avais fait du bon boulot.

« Hé, on avait un deal, hein ? » ai-je dit.

Le coach a hoché la tête, mais aucun d'entre nous ne savait alors que notre pari marquerait un tournant dans l'histoire du sport.

*

Un athlète sent parfois que quelque chose de particulier peut se produire. Ça n'a rien à voir avec la destinée ou le sentiment d'un événement prédestiné. C'est davantage la sensation que le travail acharné est en train de payer. En 2008, tout s'est mis en place pour moi. Je me sentais implacable. Prêt à bouffer tout le monde.

Dès octobre 2007, je me suis appliqué à effectuer toute la musculation que le coach me demandait et tous les exercices prévus pour mon dos. J'allais même à la salle de gym aux horaires fixés. J'étais concentré sur Pékin et rien ne pouvait m'en détourner.

« OK, Coach, lui ai-je dit lorsqu'on a commencé. Je ferai tout ce que vous me demandez à l'entraînement. Même si c'est dix fois 300 mètres, je ne discuterai pas. »

Le coach ne m'a d'abord pas cru. Il pensait que je le taquinais, comme toujours. Les années précédentes, je râlais systématiquement ou j'essayais de le gruger d'un ou deux tours quand on s'entraînait sur la piste. À sa grande surprise, cette fois je suivais scrupuleusement les consignes. Je montrais autant de sérieux que mon père durant toute sa carrière. J'étais enfin exigeant avec moi-même. Si le coach me disait neuf tours, je courais neuf tours. S'il me

demandait de courir plus vite, je courais plus vite. C'était dur, ça faisait mal, mais chaque fois que le fameux point de non-retour titillait mes muscles, je me souvenais de mon objectif, de ma motivation toute neuve. « Ouais, cette saison olympique peut vraiment me faire devenir quelqu'un. Je dois en passer par là. »

Je savais ce que j'avais à faire. Dès qu'un championnat ou un meeting approchait, je devenais un athlète irréprochable. J'évitais les fast-foods et je coupais mon téléphone, surtout le samedi soir. J'avais besoin de tranquillité, pas d'amis qui voulaient faire la fête. Je me transformais en modèle de professionnalisme.

Les résultats ne se sont pas fait attendre. J'avais une excellente condition physique. Je travaillais dur à la salle de gym, et mes bras ressemblaient à des blocs de béton, mes abdos étaient saillants, mes mollets et mes cuisses parfaitement dessinés. J'étais puissant et chaque fois que je me regardais dans la glace je pensais : « Waouh, Usain, pas mal ! » Tout baignait.

Je progressais en vitesse aussi. Au nouvel an, j'ai entendu dire que Daniel Bailey, le coureur de 100 et 200 mètres d'Antigua-et-Barbuda, allait venir s'entraîner sur mon site. J'étais ravi. J'aurais un nouvel adversaire, quelqu'un à qui me mesurer quotidiennement. Daniel était un très bon partant, il était monstrueux quand il s'agissait de sortir des starts, et nos séances d'entraînement se sont rapidement transformées en un défi qu'aucun de nous ne voulait perdre.

« Bang ! Bang ! Bang ! » Pendant les toutes premières semaines, grâce à ses départs puissants, Daniel menait toujours le début de nos courses. La première fois que je l'ai doublé au bout de quarante mètres, j'avais conscience que c'était un événement. Et puis ça s'est reproduit. Encore et encore. Ça y était. J'avais franchi un palier grâce au travail accompli avec mon coach. J'atteignais des

vitesses impressionnantes et Daniel ne suivait pas, même avec ses départs explosifs.

Parfois, je travaillais trop. Certains soirs, mon énergie s'évanouissait. Quand la fatigue se faisait trop lourde, je suppliais mon coach de m'accorder un jour de repos. Vingt-quatre heures de récupération suffisaient en principe pour que je me requinque, car j'étais vraiment en forme. Je savais que ma condition physique me donnerait le supercarburant pour me propulser devant Tyson, Wallace ou quiconque, à la sortie du virage sur 200 mètres. J'étais de plus en plus rapide sur 100 mètres aussi.

Le troisième volet du programme sur trois ans planifié par mon coach s'était déroulé sans encombre et sans blessure. Comme il l'avait prédit lors de notre première rencontre, j'étais prêt pour mon année olympique.

*

Coach m'a alors poussé encore plus loin sur 100 comme sur 200 mètres, et j'ai participé à tous les grands rendez-vous contre les meilleurs concurrents.

Si je m'interrogeais parfois sur sa stratégie, j'avais décidé de le garder pour moi. À seulement vingt et un ans, j'étais mal placé pour lui dire ce qu'il devait faire. J'ai donc pris le départ de toutes les courses que je pouvais, surgissant des starting-blocks à côté des Tyson Gay et Asafa Powell. Ça ne me gênait pas, car je gagnais sur les deux distances, surtout sur 100 mètres, où mes chronos stupéfiaient tout le monde, moi y compris.

La première réunion de la saison s'est tenue à Spanish Town, et, pour prouver que le 100 mètres disputé en Crète n'était pas un accident, j'ai refait un chrono en 10 secondes 03. Après la course, le coach et moi avons parlé chiffres en flânant sur le stade. Les temps

que je pouvais réaliser sur 100 mètres dans un très bon jour étaient 9 secondes 87, peut-être 9 secondes 86, mais cela prendrait certainement un moment pour y parvenir. Nous ne pensions ni l'un ni l'autre que je pourrais aller plus vite. Mais en mai, il y a eu Kingston.

J'étais inscrit sur 100 mètres au Jamaica Invitational. Parce que cette compétition était assez récente et pas encore très connue, les gradins n'étaient pas bondés comme lors des mondiaux juniors en 2002 ou aux Champs. Il y avait tout de même une belle ambiance, ce soir-là. Vraiment. Les fans étaient très enthousiastes, et j'ai ressenti leur vibration. Je suis sorti des starting-blocks lentement, mais j'ai doublé tout le monde à mi-course. À dix ou quinze mètres de l'arrivée, j'ai ralenti et j'ai gagné facilement. Contrairement à l'idée reçue, ma taille n'était pas un handicap. À l'entraînement, mon coach et moi nous étions même aperçus qu'elle était en fait un avantage dans les derniers mètres de course. Je ne sais pas comment, mais je parvenais à mouliner mes jambes rapidement, ce qui était inédit chez un athlète très grand. Et je faisais moins de foulées que mes adversaires. Le coach a calculé plus tard que je pouvais courir un 100 mètres en quarante et une foulées tandis que les autres le faisaient habituellement en quarante-trois, quarante-quatre ou quarante-cinq. C'était une bonne nouvelle qui compensait largement mon handicap au sortir des starting-blocks. Même avec mes mauvais départs, j'étais assez puissant physiquement pour rattraper les autres après trente mètres de course[2].

À Kingston, m'adjuger la victoire en revenant sur mes adversaires avait été une sensation nouvelle pour moi, mais le chrono m'a encore plus excité. J'ai d'abord lu 9 secondes 80, ce qui était très bon. Meilleur que ce que mon coach et moi avions prévu.

Mais les chronos sont parfois capricieux en Jamaïque. C'est un endroit où la phrase « on verra demain » prend tout son sens. Quelques instants après ma victoire, les chiffres sur le chrono du stade ont changé. Mon temps avait été corrigé : 9 secondes 76.

« Oh, mon Dieu ! » ai-je pensé.

Autour de la piste, c'était le délire. Les spectateurs criaient, s'échauffaient. Mais tout le monde semblait incrédule, comme si quelque chose d'irréel s'était produit. Ce chrono était le deuxième de tous les temps après le record du monde de 9 secondes 74 d'Asafa, et, alors que le résultat était diffusé dans le monde entier, nombre de passionnés d'athlétisme se demandaient la même chose : « Comment est-ce possible ? »

Quand la nouvelle est arrivée aux États-Unis, la controverse a immédiatement commencé. Mon temps était remis en cause. On a dit que le système de chronométrage était défectueux et que les officiels m'avaient donné un temps erroné. C'était des conneries. Le chrono du National Stadium de Kingston était connu pour annoncer un faux résultat avant d'afficher le bon. Cette critique ne m'étonnait pas. La rivalité entre les États-Unis et la Jamaïque en matière d'athlétisme n'était pas nouvelle, car nous avions mis à mal leur domination dans les épreuves de sprint.

Les fans n'étaient pas seuls à être agacés. Un peu plus tard, Wallace m'a téléphoné pour me dire qu'il avait des problèmes avec son équipe nationale parce que nous nous étions montrés ensemble sur le stade. Que cela déplaisait que nous nous parlions lors des compétitions. Ses coachs ne supportaient pas qu'il me témoigne du respect lors des interviews et ils l'auraient même menacé.

« Ne dis pas de bien d'Usain Bolt ! Affirme que tu vas le battre ! Arrête de dire que c'est un athlète formidable. Ne souris pas à la télé et ne t'affiche plus avec lui. Sois sérieux. »

Leurs récriminations à propos du chrono étaient révélatrices. Ils voulaient minimiser ma performance en dénigrant le chronométrage jamaïcain. Et ils ont argué des 9 secondes 92 que j'ai réalisées sur 100 mètres à Port of Spain quelques semaines plus tard pour affirmer que je n'avais pas pu être plus rapide à Kingston.

« Vous voyez qu'il n'est pas aussi bon que ça ! » disaient-ils.

Qu'importe. Je m'en moquais.

J'avais vingt et un ans, je venais seulement de disputer le quatrième 100 mètres de ma carrière et je m'étais étonné moi-même. Avoir également surpris les Américains me convenait parfaitement. Ça signifiait que je les inquiétais sérieusement.

*

Entre nous, il faut beaucoup de chance pour battre un record du monde. Il ne s'agit pas seulement de talent, même si cela aide. Aujourd'hui, quand je repense à mon cinquième 100 mètres, à New York, le Reebok Grand Prix, je continue d'être étonné qu'il ait fait de moi un favori pour les Jeux olympiques. Le plus incroyable dans cette course, c'est la manière dont tout s'est parfaitement goupillé, au bon moment. Ce qui aurait pu être une compétition parmi d'autres a tourné à la folle équipée qui a fait de moi l'homme le plus rapide du monde.

Le premier bon signe était le lieu. New York a longtemps été une place forte jamaïcaine. Beaucoup d'anciens citoyens naturalisés vivaient autour de Five Boroughs, et, quand je suis arrivé à Icahn Stadium – un stade pas très chic de Randall's Island –, l'endroit était bondé. Des panneaux sur les gradins indiquaient qu'il n'y avait plus de place. Tous les sièges étaient occupés, et des centaines de personnes étaient amassées sur l'herbe bien qu'il eût beaucoup plu ce soir-là. Je n'avais qu'à me gaver de l'énergie ambiante.

Un orage électrique illuminait le ciel, et le tonnerre retentissait au-dessus de nos têtes. Quelqu'un de superstitieux aurait sûrement interprété cela comme un mauvais présage. Moi, j'étais surexcité. Je savais qu'une piste mouillée est parfois meilleure parce qu'elle procure plus de rebonds.

Je ne me souciais même pas d'améliorer mon record personnel. Je n'étais concentré que sur l'homme qui me flanquait sur la ligne de départ : Tyson Gay. Tyson était l'homme à battre, champion du monde du 100 et du 200 mètres. Il était très nettement favori ce soir-là, ce qui m'ôtait toute pression. Je n'avais qu'à être là, courir et réaliser une performance correcte. C'était là un deuxième bon signe.

Psychologiquement, je me trouvais en pole position, car je n'avais rien à perdre. Je me mesurais au meilleur et je voulais savoir si je pouvais le battre. Si j'y parvenais, tout le monde dans les tribunes serait ravi. Si j'échouais, qui cela affecterait-il à part moi ? Je sentais Tyson inquiet à cause de mon chrono en Jamaïque. Il était plus rapide que son meilleur temps de la saison. Il y pensait forcément. « Merde ! Ce jeune type est peut-être vraiment fort… Ça pourrait faire mal ce soir… »

J'étais beaucoup plus serein et confiant parce que j'étais parfaitement entraîné. Il n'y avait aucun doute, j'étais en pleine forme. J'étais un peu nerveux, mais c'était compréhensible, car je vivais là mon premier test sérieux sur 100 mètres, et New York était une occasion de montrer au monde et à Tyson de quoi j'étais capable. À part ça, j'étais plutôt détendu. Et je ne pensais évidemment pas une seconde au record du monde.

Vraiment, je n'y avais jamais réfléchi avant aucun de mes 100 ou 200 mètres. Délibérément. Je savais que pour réaliser ce type de performance, un athlète doit être parfaitement relax et fluide. Nourrir une ambition aussi élevée que celle de battre un record du

monde avant une course ne revient qu'à s'embourber dans une pression inutile et néfaste. Le stress complique la course.

Cette pression tenaillait certains autres athlètes jamaïcains, dont Asafa. Quand il avait battu le record du monde pour la première fois en 2005, je crois qu'il ne se souciait pas du temps. Il ne pensait qu'à gagner. Le chrono avait été un plus agréable. Après ce jour historique cependant, sa façon de penser avait changé, et il semblait tendu au départ de chaque course importante. C'était comme s'il s'imposait de réitérer ses performances pour multiplier les médailles d'or. « J'y vais pour battre à nouveau le record et être le premier. » Il s'était mis la pression, il stressait, et cela lui interdisait de courir sereinement. Il avait amélioré son propre record du monde en septembre 2007, mais il n'y arrivait pas lors des grands événements comme les championnats du monde.

À New York, j'étais dans un état d'esprit complètement opposé. J'avais les crocs, je voulais absolument battre les autres, mais le chrono ne me préoccupait pas. D'abord gagner, le temps venait ensuite, voilà ce que je me disais. Je voulais juste faire ma course.

Je me suis installé dans les blocks. « Allez, vas-y. »

J'ai entendu le commandement. « Prêts ? »

J'étais sur un nuage. « Allons-y… »

« Bang ! » Le coup de pistolet a retenti, mais une fraction de seconde plus tard, j'ai ralenti, comme tous les autres. Quelqu'un avait fait un faux départ, et la course avait été stoppée ; mais, croyez-le ou pas, c'était bon pour moi, car ma réaction au coup de pistolet avait été bien trop lente, comme si j'avais été pris au dépourvu. J'avais pensé : « Qu'est-ce qui se passe ? Oh ! Merde, le pistolet ! Allez, allez, allez ! » J'étais resté dans les blocks. Ce faux départ était un autre coup de chance, j'en avais conscience.

« Bon, il faut que je me réveille », me suis-je dit alors que les autres se mettaient à genoux et en position de départ. « Je ne peux pas me retrouver à nouveau deux foulées derrière. Allez… »

« Bang ! » Cette fois, je l'ai réussi ce départ parfait. Ma réaction avait été fluide, rapide et puissante. En me redressant après la phase de mise en action, mes cuisses et mes mollets rebondissaient sur la piste mouillée, et je tirais fort sur mes bras. Au bout de trente mètres, je me suis placé en tête. J'ai jeté un œil, mais je n'ai pas vu Tyson. Je ne l'entendais même pas derrière moi comme à Osaka. Tout le monde semblait loin derrière moi. C'est alors que la chose la plus étrange s'est produite. Je fonçais vers la ligne, conscient que la course était finie. Ça y était, et, alors que je terminais en vainqueur, je ne pensais qu'à Tyson : « Ouais ! Je l'ai eu ! »

J'ai continué à courir. Mon cœur battait la chamade, mais j'avais les jambes légères. Je me sentais prêt à courir un autre 100 mètres au même rythme, bon sang, peut-être même 300 mètres. J'étais à fond. C'est alors que j'ai levé la tête et vu mon chrono.

« Premier, Bolt, 9 secondes 72. »

Nouveau record du monde.

« Oh ! Mon Dieu ?! »

C'était le chaos. La tête me tournait, je perdais l'esprit. Je ne savais pas comment réagir. Je ne savais pas quoi faire. Devais-je m'arrêter et faire signe au public ? Devais-je sauter de joie et courir comme un dingue ? Devais-je me jeter dans la foule ? Je me suis frappé la poitrine, j'ai désigné du doigt le public et je me suis mis à genoux, posant ma tête sur la piste. Je devais ressembler à quelqu'un s'adonnant à une prière silencieuse. Sûrement.

Mon coach était fou de joie aussi. Il a couru vers moi plus vite que je l'avais jamais vu faire et, alors qu'il me serrait dans ses bras, il a commencé à hurler.

« Je savais que tu pouvais le faire ! a-t-il crié. Je savais que tu allais le battre. »

Il avait l'air si heureux – et il pouvait l'être, car c'était aussi sa grande victoire, son plus grand succès. D'une certaine façon, mon coach était le patron d'une équipe de football. Les résultats comptaient, et ma victoire à New York était aussi importante pour lui que remporter la Ligue des champions l'était pour sir Alex Ferguson, l'ancien entraîneur de Manchester United. Mais ce record était une surprise. Nous ne nous y attendions ni l'un ni l'autre après que j'eus lancé l'idée de courir le 100 mètres.

Tyson n'était pas content du tout, et, quand il m'a félicité, j'ai su que c'était la fin de notre amitié – si l'on pouvait appeler ça comme ça. C'en était terminé des sourires et des signes de tête aimables sur la ligne de départ. Je ne me souviens pas ce qu'on s'est dit, ni où ni comment il l'a dit, mais c'est la dernière fois que nous avons vraiment parlé. À ses yeux, je n'étais plus « Usain qui ? », j'étais son ennemi, ça n'a plus jamais été sympa entre nous. Mais qu'il me batte froid ne me surprenait pas. Je savais qu'un athlète ne devait jamais être pris au dépourvu dans une compétition, car chacun réagit différemment à la victoire et à la défaite. Certains aimeraient tuer leur adversaire, d'autres s'en moquent. Je comprenais la colère de Tyson ; si quelqu'un m'avait repris ma place dans la course suivante, j'aurais été très énervé. Mais je ne crois pas que j'aurais paniqué. J'aurais fait en sorte de me surpasser à nouveau. Je me serais entraîné encore plus dur pour gagner le championnat suivant.

Cet état d'esprit me venait de mon coach. Lors d'une de nos nombreuses discussions, il m'avait expliqué les dispositions mentales nécessaires pour être un battant.

« Ce que tu dois vraiment avoir en mémoire, c'est que chaque athlète a son heure, avait-il dit. Tyson a eu la sienne, puis ça a été

celle d'Asafa, et avant lui, celles des champions olympiques du 100 mètres Maurice Greene et Donovan Bailey. Mais ce moment passe toujours au profit d'un autre champion. Si tu comprends ça, quand tu seras battu tu ne perdras pas ton calme. »

J'ai découvert les avantages d'être recordman du monde. Mon résultat new-yorkais m'avait donné un excellent niveau de confiance pour les Jeux olympiques, tout comme ma victoire sur Tyson. Soudain, la seule personne qui m'inquiétait était Asafa. C'était lui que je craignais maintenant, malgré son état psychologique sur la ligne de départ dans les grandes compétitions. Je l'avais vu s'entraîner. J'avais vu la manière dont il jaillissait des blocks et je ne parvenais pas à comprendre comment il ne courait pas plus vite. Ses départs étaient incroyables. Je savais que si j'avais pu réussir des départs comme les siens, juste une fois, j'aurais facilement couru en 9 secondes 30. Et ça aurait été une course fluide car pour les départs, il était parfait.

Une fois, je l'ai même vu casser ses starting-blocks. C'était en 2006 ; nous nous échauffions avant un meeting. Asafa enchaînait les phases de départ quand – bam ! – soudain ses blocks ont tout bonnement explosé.

« Bon, que se passe-t-il ? » avais-je pensé.

Puis Asafa a agité en l'air les supports en acier ; ils étaient pétés en deux, et ces choses-là ne se brisent pas facilement. Il avait dû imprimer sur la piste une force phénoménale.

Je me disais qu'Asafa pourrait être très dangereux à Pékin – un vrai tueur – s'il était bien préparé mentalement, mais je ne m'étais toujours pas mesuré à lui sur 100 mètres. Cette opportunité s'est présentée à Stockholm en juillet, juste avant le début des Jeux olympiques. Ce meeting a été une bonne leçon pour moi ; tout le monde disait qu'il fallait se méfier du starter. Apparemment, le gars

était rapide. Je courais le 200 mètres et pour moi, un starter était un starter. Ils se ressemblaient tous où que j'aille. Mais à peine étais-je installé dans les starts que celui-là avait crié : « Prêts ! »

Puis, avant même que j'aie eu le temps de souffler, le coup de pistolet avait retenti, et j'étais resté sur place, bon dernier, les pieds collés dans les starting-blocks. J'avais d'abord flippé. Je venais juste de me mettre au 100 mètres et je manquais d'expérience. Ma première réaction fut de me redresser et de sprinter ; c'était ce que mon esprit me disait de faire. « Cours, idiot, me criait-il. Sors-toi de là ! »

Ça y était, la course était terminée. Dès qu'un sprinteur oublie sa mise en action, la compétition est perdue, mais je l'ignorais à l'époque. J'ai couru, reprenant du terrain aux autres. J'ai bientôt rattrapé Asafa qui était en tête ; en arrivant dans les derniers mètres, j'étais sur ses talons et je savais qu'avec un bon cassé, je le battrai sur le fil. Mais une voix intérieure m'en a dissuadé.

« Nan ! ai-je pensé. Je ne veux pas de cette victoire. »

J'ai laissé Asafa gagner.

D'accord, ce que je vais dire semble fou, mais ça donne un aperçu de la façon dont je considère la performance. Parce que j'avais pris un mauvais départ, je ne méritais pas de gagner. J'avais été mauvais. J'avais oublié ma mise en action. J'étais en super forme, et, durant cette course, tout avait foiré. Mais j'étais content de l'avoir offerte, car j'avais fait une découverte inestimable. Pas seulement sur moi, mais sur Asafa. Malgré mon départ minable, je l'avais rattrapé sur la ligne, et il ne m'avait battu que d'un cheveu.

« Ne nous inquiétons pas trop de ce gars pour Pékin », m'étais-je dit.

Quand j'ai raconté ça à mon coach, il était furieux.

« Quoi, tu offres des cadeaux de Noël en avance maintenant ? »

Mais je savais que j'avais bien fait. Ça m'avait donné confiance en mon futur résultat sur 100 mètres aux Jeux olympiques. J'y croyais. Je savais qu'Asafa serait toujours devant moi jusqu'aux quarante mètres à cause de son départ puissant, mais mes courses à Kingston et à New York l'avaient prouvé, je pouvais gagner sur le fil grâce à mes grandes jambes. Mathématiquement, je bénéficiais d'un avantage : mes quarante et une foulées contre ses quarante-quatre.

Psychologiquement, j'avais également bien joué. Le résultat de Stockholm avait persuadé Asafa qu'il était assez fort pour me battre, et par la même occasion, Tyson aussi. La victoire l'avait mis en confiance. Peut-être trop. Mais au fond de moi, je savais que l'affaire était dans le sac.

*

En athlétisme, les coachs sont rivaux et les clubs aussi. Les athlètes passent pour des gens dont la devise pourrait être « Chacun pour soi », mais la réalité est très différente. L'esprit d'équipe existe et toutes les rancœurs qui vont avec.

Chaque rivalité est différente, et, comme Manchester United est l'adversaire historique de Manchester City, ou Roger Federer celui de Rafael Nadal, chacun en athlétisme a sa rivalité. Elle est liée bien sûr à l'histoire personnelle de chacun. Le principal adversaire de mon coach était Stephen Francis, ou Franno, du Maximising Velocity and Power Track Club (MVP) basé à l'université de technologie de Kingston où j'avais fait mes débuts. Franno y entraînait Asafa. Mon coach, lui, m'entraînait aux Racers, à l'université des Indes occidentales. Du coup, leur rivalité en matière de résultats rejaillissait sur les écoles. C'est en tout cas ce qui semblait au premier abord, mais c'était plus compliqué que ça. Apparemment mon coach et Franno avaient travaillé ensemble, mais

pour une raison que j'ignorais, le tandem s'était séparé. Depuis, c'était à qui réussirait le mieux des deux. Une fois que j'ai commencé à courir le 100 mètres, je me souviens que tout le monde disait que mon coach ne me hisserait jamais au niveau d'Asafa, et cela le contrariait beaucoup. Le soir où j'avais battu le record du monde avait sonné la fin de ces propos malveillants. D'un coup, mon coach était devenu l'homme ayant façonné le type le plus rapide du monde.

Je suppose que cette rivalité était formidable pour l'athlétisme jamaïcain, car elle permettait d'élever le niveau national, et personne ne se reposait jamais sur ses lauriers. Lorsque de nouvelles recrues arrivaient au Racers Track Club, je leur délivrai toujours un message très clair : « Tu n'es plus au lycée, tu fais partie du Racers Camp et, quand tu iras à des meetings internationaux, n'imagine pas que tu représentes la Jamaïque, tu représentes les Racers. Dis à tout le monde : "Eh, je m'entraîne avec Usain Bolt, c'est dire comme je suis fort !" Tu dois montrer aux autres que tu es un sérieux concurrent. Et si tu perds, ne remets pas les pieds ici ! » Je ne plaisantais qu'à moitié en leur disant ça.

Il y a eu un vif débat. Les gens voulaient savoir quel club avait gagné le plus de médailles dans les grands championnats. Quand les sélections olympiques arrivaient tous les quatre ans, la question n'était pas : « Qui sera en équipe jamaïcaine ? » La plupart des gens s'inquiétaient davantage de savoir combien de coureurs des Racers et du MVP y participeraient. Notre rivalité était farouche.

À la seconde où je me suis emparé du record du monde à New York, j'avais engagé une bataille pour mon coach. Le plus drôle était que j'en avais lancé une encore plus grosse pour moi-même. Contre Tyson. Et ça allait être énorme.

9

L’heure c’est l’heure

Pour comprendre à quel point mon succès sur 100 mètres était inattendu, il faut se souvenir que je ne m’étais consacré à cette distance que l’année précédente. À l’époque, mon coach et moi ne pensions pas aux Jeux olympiques. Pas du tout. Notre unique objectif était le 200 mètres. Mais les choses sont devenues plus sérieuses à partir du moment où l’on a commencé à me considérer comme un champion olympique potentiel. À cause de mon récent record du monde, il était impossible que je ne m’aligne pas sur 100 mètres aux Jeux. J’aurais eu l’air d’un imbécile.

Participer au 100 mètres était à présent une évidence. Je suscitais de plus en plus l’enthousiasme, et les fans d’athlétisme n’avaient d’yeux que pour les records du monde que j’étais susceptible de battre. Ils se disaient : « Waouh ! C’est du sérieux. Ce type a vraiment progressé sur 100 mètres. Il faut le surveiller de près. »

Le public se demandait jusqu’où je pouvais aller, et après m’être qualifié pour les Jeux aux sélections nationales jamaïcaines sur 100 et 200 mètres, j’étais connu de tous dans ma discipline. Les

interviews, les demandes d'autographes et les commentaires à mon sujet se sont multipliés.

Mais ce qui m'étonnait, c'était l'impact du mot « olympique », que ce soit chez moi, au Racers Track Club, ou lorsque je traînais avec mes amis. J'étais excité, animé d'un sentiment inconnu avant les JO précédents. J'avais d'ailleurs compris depuis, qu'en 2004, à Athènes, mon heure n'était pas encore venue. À cette époque, j'étais trop jeune. Comme disait mon coach : « Chacun son tour. » Tyson, Asafa, Maurice Greene et Donovan Bailey avaient connu leur heure de gloire. À Pékin, ce serait mon tour, je récolterais le fruit de l'énorme travail fourni toute la saison dans la souffrance, la sueur, sans oublier les vomissements sur la piste de l'université des Indes occidentales. Aux yeux de tous, j'étais au sommet de ma forme. Mon père était même venu me voir m'entraîner quelques fois aux Racers, mais il avait fini par détourner les yeux. Ce que j'endurais le rendait malade.

Malgré ce que le coach me faisait subir, nous étions proches. Nous entretenions une relation filiale. Les problèmes que nous avions désormais réglés nous avaient rapprochés. Nous avions géré mes blessures et ma condition physique avec un génie qui m'échappait. J'avais trouvé un moyen d'optimiser ma puissance sans m'abîmer les muscles du dos et des jambes, et il m'avait aidé à améliorer ma technique de course.

Au diable ma scoliose ! Chaque fois qu'une difficulté perturbait notre programme – comme après mon claquage à Helsinki ou ma performance décevante d'Osaka –, il avait découvert une façon de la résoudre. Quand je doutais, comme ça m'était déjà arrivé la fois où je m'étais fait huer au National Stadium de Kingston, il m'avait raisonné. Comme prévu, son projet sur trois ans m'avait parfaitement préparé pour les Jeux olympiques. Mentalement

comme physiquement. Il y a une photo sympa de nous deux, prise juste avant le début des Jeux. Elle est quelque part chez moi. Nous sommes sur la piste, à rire et à discuter – du championnat NBA sûrement, ou d'un autre sujet frivole comme : « Quelle est la plus grande invention : l'avion ou le téléphone mobile ? » Mon coach : « Le téléphone, Bolt, sauf si tu veux quitter la Jamaïque… »

Sur la photo, je suis torse nu et, chaque fois que je la regarde, je pense : « Waouh, c'était le bon temps ! » J'avais fière allure. Mes muscles étaient développés, et mon corps dégageait une grande puissance. J'étais au summum de ma forme et j'attendais impatiemment d'être à Pékin.

J'avais trouvé un bon rythme, je courais très bien. Sans trop me fatiguer, j'avais établi la meilleure performance de la saison sur 200 mètres au meeting d'Ostrava en République tchèque et j'avais à nouveau battu le record de la Jamaïque. À Athènes cette fois, en 19 secondes 67. Mais un athlète doit parfois patienter, ne pas divulguer trop d'informations à l'approche d'un rendez-vous majeur. Au début de la saison, mon coach m'a inscrit dans le maximum de courses possibles. À un mois de la première série des Jeux, il a décidé que j'avais fait assez de compétitions. Il était temps de nous préparer à notre façon, à l'abri des regards.

« Finies les courses, avait-il dit. Laissons les autres à leur imagination. »

D'une certaine façon, je voyais ça comme une tactique de bluff aux dominos : dévoiler mes forces prématurément risquait de me porter préjudice. Révéler mes progrès si près des Jeux olympiques ne ferait qu'inciter mes adversaires à se surpasser, et je ne souhaitais ça pour rien au monde. Je savais que l'effet de surprise constituait un énorme avantage tactique, même pour quelqu'un qui vient d'améliorer le record du monde.

Parallèlement, je surveillais la progression de Tyson aux États-Unis. Je pensais que ma victoire à New York l'aurait stimulé, et, au premier abord, il avait l'air très en forme. Les mois qui ont suivi mon 100 mètres assorti du record, il a couru en 9 secondes 68 avec vent trop favorable[1] aux sélections nationales américaines. Puis, désastre, il s'est claqué un ischio lors de la finale du 200 mètres. Cette partie du corps est le talon d'Achille des sprinteurs. Mais Tyson s'inquiétait autant de mes capacités que de ses muscles abîmés. Dans une interview à un magazine, il avait dit au journaliste qu'il lui avait semblé que je le laissais sur place quand j'avais tracé pour la victoire à Icahn Stadium. C'était un sérieux traumatisme pour un adversaire.

Sur le papier, je savais où j'en étais par rapport à chacun de mes rivaux. J'avais une idée assez nette de ce qui arriverait sur 100 mètres à Pékin. J'avais battu Tyson. Asafa m'avait battu, mais je l'avais laissé faire. Et j'allais les battre tous les deux. J'étais tellement confiant que lorsque mon avion pour Pékin s'apprêtait à décoller de Londres – où j'avais établi ma base pour disputer le circuit européen –, j'ai tranquillement sorti mon téléphone mobile pour enregistrer un message.

C'était un message à mon attention. J'ai ouvert l'étui du téléphone et fixé l'écran afin d'immortaliser mes objectifs pour les Jeux de 2008.

« Eh, je pars pour Pékin, ai-je dit. Je vais courir très vite et gagner trois médailles d'or. Je reviendrai en héros. » J'avais hâte de revoir cette vidéo à mon retour.

*

Les premiers jours à Pékin ressemblaient au calme avant une énorme tempête tropicale. Je me baladais dans le village olympique

et je traînais à la cafétéria avec les autres athlètes. Personne ne faisait vraiment attention à moi. Un ou deux gars m'auraient probablement reconnu si j'étais sorti me promener, et on me faisait parfois un signe de tête ou on me lançait un regard appuyé, mais c'était tout. Je n'étais pas embêté. Bien qu'homme le plus rapide du monde, j'étais plutôt anonyme. J'aime l'Asie parce que les gens m'y ont toujours témoigné beaucoup d'affection. Ça a commencé aux mondiaux d'Osaka. Les gamins criaient mon nom chaque fois que je descendais du bus de l'équipe et ils ne cessaient de me demander des autographes et des photos. Même les médias étaient sympas, amicaux. Quand je donnais une interview à la télé ou à la presse écrite nationale, les journalistes m'offraient toujours un joli cadeau, appareil photo ou tee-shirt branché.

Tout n'était pas parfait cependant. On m'avait prévenu que l'hébergement n'était pas conçu pour les personnes de ma taille, et, quand j'étais allé au Japon en 2007, j'avais même des difficultés à faire ma toilette. La pomme de douche m'arrivait à la taille et rentrer dans cette sacrée cabine ressemblait à une épreuve sportive. Elle était grande comme un cercueil, et je ne parvenais pas à m'y glisser. Je ne suis pas sûr de m'être lavé le dos convenablement pendant toute la durée de la compétition.

Je trouvais aussi la nourriture asiatique un peu étrange. Elle ne me réussissait pas du tout. À notre arrivée à Pékin, les entraîneurs jamaïcains nous ont donné la consigne stricte de ne pas prendre nos repas en dehors du village olympique. Apparemment, les autorités chinoises avaient interdit aux restaurants locaux de vendre certains types de viande aux touristes. Du chien, entre autres, et je ne voulais manger de chien sous aucun prétexte, ni aucun autre mets susceptible de chatouiller mon estomac à la veille des Jeux olympiques.

Je rendais donc trois visites quotidiennes au restaurant du village. J'ai goûté un peu de poulet par-ci, un peu de nouilles par-là, mais sans grand enthousiasme. Je suis jamaïcain, j'adore le poulet *charki*, le riz, les patates douces et les boulettes. Le poulet aigre-doux ne m'emballe pas. Parmi les plats locaux, certains étaient trop épicés, d'autres pas assez, et je devais me méfier des deux. Les premiers jours ont donc été compliqués.

« Tant pis, me suis-je dit un matin devant un bol de nourriture très coloré. Je m'offre des nuggets de poulet. »

J'ai d'abord mangé une boîte de vingt au déjeuner, puis une autre pour le dîner. Le lendemain, j'ai mangé deux boîtes au petit déjeuner, une au déjeuner et deux autres le soir. J'ai aussi pris quelques frites et de la tarte aux pommes. Affamé, à trois heures du matin, j'ai réveillé mon compagnon de chambre, le décathlonien Maurice Smith, et on est allés se chercher tous les deux une autre boîte.

On pourrait supposer que ce type de nourriture est bannie des enceintes olympiques, que nous prenons tous des repas très sains, mais rien n'est moins vrai. Il y avait des chaînes de restauration rapide partout à Pékin, afin que tous les employés (et pas seulement les athlètes) puissent se restaurer. Au déjeuner suivant, alors que j'attaquais ma troisième boîte de nuggets de la journée, mes coéquipiers ont commencé à sérieusement me chambrer. Ils trouvaient incroyable la quantité de poulet frit que j'ingurgitais, mais, pour la hurdleuse Brigitte Foster-Hylton, c'en était trop, et elle a décidé d'intervenir.

« Usain, ça suffit avec les nuggets, m'a-t-elle engueulé. Mange des légumes, mon gars, ou tu vas tomber malade. »

J'ai grimacé, embarrassé. « Heu, je sais pas… »

Brigitte m'a attrapé par le bras, elle m'a traîné au restaurant du village et a choisi pour moi toutes sortes de fruits et légumes, mais je n'en ai aimé aucun. De désespoir, elle m'a tendu un sachet en plastique transparent de sauce Thousand Island. Waouh ! Quand je l'ai versée sur la salade, la nourriture a repris sa saveur. J'y ai trempé les légumes et à partir de là, j'ai réintroduit parmi mes nuggets les légumes choisis par Brigitte. Il y avait au moins quelque chose de sain à chacun de mes repas.

Les chiffres demeuraient tout de même inquiétants. En moyenne, je dévorais environ cent nuggets par vingt-quatre heures. J'étais là pour dix jours, ce qui signifiait qu'à la fin des Jeux, j'aurais mangé environ mille morceaux de poulet. On aurait dû me décerner une médaille d'or pour cette impressionnante consommation.

Mon régime alimentaire était mon seul souci, car tout se passait au mieux sur la piste. Le coach m'avait donné des consignes claires pour les séries du 100 mètres, comme il l'avait fait aux mondiaux de 2007. Je devais terminer premier ou deuxième de chaque course, sans forcer. Il ne voulait pas que je me claque un muscle lors des courses préliminaires, surtout si je pouvais m'acquitter facilement de ma mission. Pour chaque série, j'ai suivi ses instructions. Je partais vite et je courais tranquillement. À chaque fois, j'ai fini dans les deux premiers, en me bridant la plupart du temps.

Je surveillais mes adversaires tout du long. Tyson faisait de belles courses et il ne semblait pas blessé, mais je me souciais peu de ça. Chaque fois que je le regardais courir, je me souvenais de Ricardo Geddes, de Keith Spence et de mon vieux mantra : « Si je te bats dans une grande compétition, tu ne me battras plus jamais. » À Pékin, c'était la même chose, les enjeux – bien plus élevés – n'y changeaient rien. J'avais battu Tyson à New York et j'appliquerais la même règle. J'avais manifestement l'avantage psychologique. J'étais

à l'aise en demi-finales, ce qui est inhabituel aux Jeux olympiques parce que les meilleurs se retrouvent à ce stade à trois ou quatre dans la même course et que seules les quatre premières places sont qualificatives pour la finale. La marge d'erreur est donc réduite. Le moindre faux pas de la part d'un des meilleurs peut ouvrir la porte à un outsider. Moi, je ne risquais rien. En suivant les instructions de mon coach, j'ai accédé à la finale sans stress.

Mais il y a eu une surprise. Alors que je venais de finir ma course, le speaker a annoncé que Tyson avait terminé cinquième de l'autre demi-finale. Son chrono était mauvais, seulement 10 secondes 05. Les Jeux de mon adversaire principal sur 100 mètres étaient terminés. Je savais qu'il n'était pas à cent pour cent de ses capacités après sa blessure à la cuisse. Il avait été téméraire de venir à Pékin, car sa blessure s'était produite peu de temps avant. Elle se rappelait maintenant à son souvenir.

Certains athlètes se sont peut-être réjouis de cette nouvelle, mais moi j'en ai été déçu. Je voulais affronter Tyson en finale, et en pleine forme. Je voulais absolument battre les meilleurs du monde à la régulière. Je voulais être champion olympique en ayant dominé les adversaires les plus forts possible. Lors de sa conférence de presse, Tyson a expliqué que son chrono n'avait rien à voir avec sa blessure, mais il n'a pas caché sa tristesse. Son rêve olympique pour 2008 était terminé. Le mien se précisait.

*

La finale du 100 mètres était programmée deux heures après les demi-finales, et il fallait absolument rester concentré. Souvent, avant une finale importante, l'esprit est en surchauffe, perturbé par une concentration trop intense sur la tâche à accomplir. Ça n'a pas été un problème pour moi. J'étais trop relax pour ça. Je me suis

reposé juste assez pour garder mes muscles en éveil avant d'aller m'asseoir sur la piste avec mon coach et Ricky. On a plaisanté, parlé de voiture, de la NBA, des filles. Une heure et demie qui m'a paru très courte s'était écoulée quand mon masseur, Eddie, est venu me dire qu'il était temps de s'échauffer.

Alors que je m'étirais et que je me préparais, le coach observait chaque mouvement. Eddie manipulait mon dos, mes hanches et mes chevilles. Ma scoliose n'était plus qu'un lointain souvenir, et mes ischio-jambiers me faisaient l'effet de puissants ressorts.

J'ai fait un échauffement léger avec quelques accélérations. J'étais relâché, mais vif, et la chaleur est revenue dans mes bras et mes jambes. Mes poumons semblaient dilatés. Au lieu de freiner à la fin de chaque sprint, je décélérais doucement. Chaque partie de mon corps était remplie d'énergie et de fluidité.

J'ai regardé dans les autres couloirs, Asafa enchaînait les départs. « Pan ! Pan ! Pan ! » Il paraissait très fort. Mais mon coach a estimé que j'étais suffisamment échauffé. « Sûr, Coach ? ai-je répondu. Asafa fait des départs… Vous ne pensez pas que je devrais courir un peu plus ? »

Le coach a secoué la tête. « Non, Bolt, tu es chaud. Pas de souci. »

Il m'a tendu la main et m'a fait sortir de la piste. « Allez, a-t-il dit. Tu es prêt. »

Mon Dieu, j'avais l'impression d'être un géant : j'étais prêt. J'avais développé une telle foi en mon coach que même le plus mince témoignage de sa confiance, comme les trois mots qu'il venait de prononcer, renforçait encore mes convictions. J'ai eu une poussée d'adrénaline et je me suis senti un peu nerveux, mais je n'avais pas le moindre doute. J'avais fait le maximum et je savais que si

j'appliquais le travail effectué sur la piste, personne au monde ne me battrait.

J'étais relax. Dans la chambre d'appel, j'ai raconté des blagues et essayé de faire rire les autres Caribéens. J'étais au mieux. Le coach m'a tapé dans le dos. J'étais tellement excité que j'ai décidé de faire l'andouille une dernière fois. J'avais une caméra braquée sur le visage. Les images – diffusées dans le monde entier – passaient sur un écran géant dans le stade. Au moment où la paume du coach a touché mes omoplates, j'ai bondi vers l'avant en hurlant et je me suis jeté à terre en simulant une terrible douleur. Le caméraman a fait un gros plan. Aux yeux de tous, mon coach avait blessé le recordman du monde du 100 mètres juste avant l'épreuve de sprint la plus prisée.

Il était très agacé, et peu après son téléphone a sonné. C'était un texto d'un de mes amis assis dans le public. Les images sur l'écran géant du stade l'avaient affolé. « QU'EST-CE QUE TU AS FAIT À USAIN BOLT ?! » disait le message.

Je riais aux éclats. J'étais dans un état d'esprit idéal.

Aucune blague n'aurait cependant pu me détourner de mon objectif pour cette finale olympique. Waouh ! quand je suis entré sur la piste, la foule hurlait des encouragements, les flashs crépitaient. Le bruit était assourdissant. J'ai soudain compris ce qu'un rappeur comme Jay-Z pouvait ressentir quand il pénétrait dans une salle pleine à craquer. Le Nid d'oiseau (le stade olympique de Pékin) semblait être pris de secousses, les tribunes débordaient, et je savais par expérience que ces sons et ces couleurs étaient tout à fait ce dont j'avais besoin. La clameur de la foule me faisait l'effet d'une boisson énergétique, et je m'en imbibais.

Tout le monde n'était pas dans le même cas. Asafa n'avait pas l'air bien du tout. Je voyais à ses yeux qu'il était très nerveux. La

tension le dévorait intérieurement, et ça m'a inquiété. Ma réaction première a été de l'aider, parce que c'est comme ça que je fonctionne. C'est un compatriote, et je voulais qu'il se détende et qu'il soit à son meilleur niveau, même si beaucoup d'athlètes ne se seraient guère souciés d'un adversaire aux Jeux olympiques.

Pour moi, c'était différent. J'aimais bien Asafa. Je le respectais beaucoup. Tout ce qu'il avait accompli en athlétisme était comme un cadeau qu'il m'avait fait ; il avait placé la barre très haut pour l'élite jamaïcaine. Sans ses records du monde, nous n'aurions jamais été aussi ambitieux. Ces dernières années, on avait tous essayé d'égaler ses chronos, de courir plus vite que lui, même si j'étais le seul à y être parvenu. Je savais que sans lui, le chrono le plus rapide du 100 mètres serait toujours 9 secondes 79.

J'avais également compris le stress dont il était victime. Il subissait la pression d'être jamaïcain. Au pays, les gens l'aimaient bien plus qu'ils ne m'aimaient moi. Il était leur chouchou. Ils rêvaient de le voir revenir avec une grosse médaille, car c'était vraiment un type adorable. Mais la dévotion dont il était l'objet le détruisait. Elle ne faisait qu'ajouter à son stress, et il ne parvenait pas à le neutraliser.

J'avais exterminé ces démons-là aux mondiaux juniors de 2002, mais Asafa n'avait pas le même parcours que moi. En Jamaïque, il n'avait participé qu'à quelques Champs, mais rien d'autre au niveau junior. Plus jeune, il n'avait pas connu la pression régulière des compétitions internationales comme les mondiaux juniors. Il avait attaqué presque directement le circuit professionnel, qu'il dominait. Alors il avait du mal à supporter le trop-plein d'attention et la pression. C'est ce qu'il me semblait en tout cas. À Pékin, la nervosité liée à l'enjeu l'avait à nouveau submergé, et il ne s'en sortait pas. Il était pétrifié.

Ça m'était insupportable. Je l'ai attrapé alors qu'il se dirigeait vers la ligne de départ.

« Hé, tu sais quoi ? ai-je lancé pour le remonter. Ça va être une super course. La Jamaïque va faire un et deux. Allez, on y va… »

Il s'est marré. On s'est entrechoqué les poings, et j'ai d'abord cru que mes paroles l'avaient motivé. Mais à mesure qu'on s'échauffait, j'ai vu une lueur d'effroi regagner son visage. J'ai tout de suite su qu'Asafa ne serait pas champion olympique.

« Ah, merde, me suis-je dit. Je ne peux plus rien pour lui. »

Je me suis concentré sur moi. Le speaker a prononcé mon nom, et j'ai commencé à faire mes trucs habituels. Maurice m'avait coupé les cheveux avec une tondeuse la veille au soir, et je caressais mon crâne et mes favoris comme si c'était le look le plus tendance. Le public était mort de rire. J'étais vraiment relax, je savais que j'allais gagner. Puis l'ordre a retenti comme un réveil.

« À vos marques… »

Un silence de mort s'est abattu sur le stade.

Ça y est.

J'ai respiré à fond.

Je me suis installé sur la ligne.

Allons-y.

Je suis entré dans mes starting-blocks.

« S'il te plaît, mon Dieu, fais que je prenne un bon départ. Laisse-moi faire un bon départ. Laisse-moi. »

« Prêts ! »

« Allez… »

« Bang ! »

Le coup de pistolet a retenti.

Beaucoup de choses peuvent passer par la tête d'un sprinteur sur un 100 mètres. Personnellement, je m'invective systématiquement à

chaque course. Ça peut paraître fou parce que tout se passe en quelque neuf secondes et demie – dix dans un très mauvais jour pour moi –, mais, durant ce laps de temps, je peux penser à un nombre incroyable de choses. Comme à mon départ, surtout si j'ai tardé à sortir des blocks. Je pense à qui fait quoi devant moi, ou je me demande si quelqu'un derrière a l'idée stupide d'essayer de me battre. Vraiment, il y a une sacrée pagaille dans ma tête, quand je cours.

« Pan ! »

J'ai jailli des blocks, mais Richard Thompson, le coureur de Trinité-et-Tobago dans le couloir voisin du mien, a pris un départ jamais vu dans l'histoire des Jeux olympiques.

« Merde ! Comment il a fait ? Et je ne vois plus où j'en suis parce qu'il m'empêche de voir ce que fait Asafa de l'autre côté… »

Je l'ai surveillé tout du long, allongeant la foulée. Une, deux, trois fois… Et j'ai trébuché – j'ai fait un faux pas qui m'a projeté vers la droite –, mais je me suis vite rattrapé et j'ai gardé mon calme. J'avais connu des courses avec des mauvais départs, ou aux vingt premiers mètres hésitants, alors je n'ai pas paniqué.

« Comme à Stockholm. Oui, Stockholm. Pas de panique. Termine ta mise en action et relâche-toi. Relax, relax, relax. Thompson n'a pas pris le large. Il est juste là, devant. »

J'ai regardé la ligne d'arrivée.

Il n'y avait que lui devant.

Puis il y avait moi.

Relax.

Je sentais mon élan augmenter, ma foulée naturellement longue me propulsant, une fois que j'ai eu doublé Thompson, je me suis rapidement aperçu que j'étais en tête. J'ai à nouveau vérifié, mais Asafa n'était toujours pas là.

Mais où diable se cachait-il ?

Tout le monde était là, groupé. Thompson, l'Américain Walter Dix, le coureur des Antilles néerlandaises Churandy Martina, mon compatriote Michael Frater, Marc Burns de Trinité-et-Tobago et l'autre Américain, Darvis Patton. Et pas d'Asafa. Ça me chiffonnait ; il aurait dû être là.

« C'est bizarre, il devrait être là… »

Aux soixante-quinze, puis aux quatre-vingts mètres, j'ai à nouveau jeté un œil. En fait, j'ai franchement regardé derrière moi. Je voulais savoir où il se trouvait.

« Merde, merde, je vais gagner. »

« T'es où, pur-sang ? Tu devrais être là, d'autant que Tyson n'y est pas. Qu'est-ce que tu fous ? Faut que j'accélère ou je peux couper ? »

Et puis j'ai compris.

J'ai perdu la tête. J'ai commencé à délirer à dix mètres de la ligne d'arrivée. J'ai levé les bras et fait le fou. Je me suis frappé la poitrine. Personne n'allait me rattraper. Ça y était, j'étais champion olympique. Le travail fait avec le coach avait payé. Tous ces tours de piste fastidieux m'avaient mené à la victoire.

Il m'avait dit que je pouvais le faire. Il m'avait dit que j'étais prêt…

Le même genre de pagaille qu'à New York s'en est suivi. Je me suis retourné et j'ai vu Asafa terminer cinquième. Les autres sprinteurs essayaient de me rattraper tandis que j'avalais la piste, un doigt levé vers le ciel. Richard Thompson était fou de joie aussi. Il dansait. On aurait pu croire qu'il avait gagné la médaille d'or tellement il était excité. Ce soir-là, il a déclaré sur une chaîne de télévision qu'il avait « gagné » la course. « Je suis arrivé premier, a-

t-il dit. Usain faisait sa propre course devant. Moi, j'ai gagné la finale normale du 100 mètres. »

J'ai couru vers les tribunes. Une foule de photographes m'entourait, leurs objectifs braqués sur mon visage pour obtenir le cliché parfait. J'ai fléchi mon bras vers l'arrière mimant la position d'un archer bandant son arc et visant le ciel. Je lançais un éclair pour fêter mon premier titre olympique [2].

Les flashs se sont mis à crépiter partout dans le stade. J'étais cerné par les fans, mais, malgré le bruit, j'ai entendu ma mère m'appeler. J'ai vu son visage dans la foule. Elle avait l'air tellement fier… Je suis allé vers elle. « VJ ! VJ ! », criait-elle en m'attirant pour me donner un drapeau jamaïcain. M. Peart était là aussi. J'ai reculé d'un pas. J'avais l'impression que mon cœur allait éclater dans ma poitrine.

« Eh, j'ai gagné ! » leur ai-je dit.

Je voulais refaire un tour d'honneur, je voulais voir mon coach, Ricky et mes amis, mais un type me tirait sur le maillot. Il criait et me faisait des signes. Je n'ai d'abord pas compris avec le bruit, puis ses mots m'ont fait l'effet d'un crochet de Muhammad Ali en pleine mâchoire.

« Usain, viens ! disait-il. Il faut faire la photo avec le chrono indiquant le nouveau record du monde. »

Quoi ?!

Je ne m'étais pas du tout préoccupé de mon temps. Comme avec Tyson au Grand Prix de New York, mon objectif était clair : gagner d'abord et me soucier du chrono ensuite. Je n'avais même pas encore regardé le système de chronométrage olympique : un écran géant placé en bout de piste. Maintenant je le voyais. Et là, à côté des images de mon visage au moment où je coupais la ligne

d'arrivée – ravi, en nage, et hurlant de bonheur – s'affichait mon temps.

9 secondes 69.

Nouveau record du monde.

Bon Dieu !

*

Je ne me souviens pas de ce à quoi j'ai pensé à ce moment. Qu'est-ce qui peut bien passer par la tête d'un athlète qui vient de battre son propre record du monde lors d'une finale olympique ? Waouh ! Sûrement plus d'émotions que sa mémoire peut en contenir. Mais j'étais surpris, car remporter la médaille d'or était mon objectif, pas inscrire mon nom en haut d'une impressionnante liste de chronos historiques réalisés par des superstars.

Le plus étrange, sans doute, c'est que je n'étais pas sidéré d'avoir fait ça. Depuis quelques mois, je ne me formalisais plus de ce statut d'homme le plus rapide du monde. Depuis New York, j'y étais – comment dire – indifférent. Bien sûr c'était un très haut fait, mais je ne raffolais pas de cette expression et j'avais compris qu'être champion olympique était bien plus important.

Je n'avais pas d'illusion, mon record du monde pouvait être battu n'importe quand. Un gars comme Tyson pouvait se pointer à un meeting dans quelques semaines, bénéficier d'un vent favorable parfait, faire un super départ, puis la ligne droite de sa vie et améliorer mon chrono. Et de mon canapé à Kingston, je répondrais à un appel téléphonique de mon coach me disant : « Usain, tu ne vas pas le croire. Tyson vient de faire 9 secondes 50 à Doha. Tu n'es plus l'homme le plus rapide du monde. » C'était l'affaire d'un coup de fil.

J'étais conscient de cela, car c'était arrivé à Asafa. Il avait sûrement regardé le Grand Prix de New York à la télé, m'encourageant contre Tyson. Il ne s'attendait pas une seconde à ce que je gagne. Il pensait : « Usain, battre Tyson ? Impossible. » Et je m'étais adjugé le record du monde sous ses yeux. D'un seul coup, il avait perdu le titre d'homme le plus rapide du monde.

Perdu.

Fini.

Bonsoir.

Entrer définitivement dans l'histoire, c'était autre chose, et c'est ce qui me faisait plaisir. Gagner la finale du 100 mètres à Pékin avait fait de moi un champion olympique pour toujours. J'avais remporté une couronne, une distinction absolue que personne ne pourrait effacer des livres. Ni Asafa, ni Wallace, ni Tyson, ni personne. J'étais devenu l'homme le plus rapide du monde à New York, et ça pouvait cesser n'importe quand. Mais j'avais compris une chose essentielle : les records sont la cerise et les médailles olympiques un énorme gâteau. Or j'avais les crocs ; je peux vous assurer que j'en voulais encore.

10
Fais-toi plaisir, maintenant

Lorsque je l'ai quitté ce soir-là, le calme était revenu dans le Nid d'oiseau. Il était minuit passé. Les projecteurs étaient éteints, les tribunes vides. On entendait seulement les bénévoles qui vidaient les poubelles en nettoyant les travées et, au loin, le ronronnement d'une voiturette électrique qui débarrassait du matériel. Après la débauche de sons et de couleurs quelques heures plus tôt, ce silence me semblait angoissant. Bon Dieu, j'étais vidé. Je m'étais acquitté de mon contrôle antidopage, des conférences de presse – des heures d'interviews – et je ne pensais plus qu'à avaler mes nuggets de poulet, à retrouver ma famille, mon coach, et à me coucher. J'avais besoin de détente.

J'ai appelé NJ qui bossait tout l'été aux États-Unis. Nos conciliabules sur les stratégies de course à la bibliothèque de William-Knibb étaient bien loin, mais comme tous mes proches, les résultats de ma course l'avaient ému.

« Eh ! NJ », ai-je crié, ma voix retentissant dans les gradins vides. « Ça y est, on a frappé fort ! »

C'est au village olympique que j'avais compris à quel point tout avait changé pour moi. Mais vraiment tout. Lorsque je suis arrivé en

voiture devant le bâtiment jamaïcain, une foule attendait dehors. On aurait dit qu'un exercice d'évacuation ou un événement de ce genre venait d'avoir lieu. Tout le monde attendait dans la rue. J'ai regardé Ricky.

« Eh, qu'est-ce qui se passe ?

— Je pense que c'est toi qu'ils attendent, Usain », m'a-t-il dit.

Il avait raison. Dès que je suis sorti de la voiture, ils se sont précipités sur nous. Ils s'excitaient, réclamaient des photos et des autographes. Les bénévoles, les athlètes, les amis d'athlètes… Ils étaient tous rassemblés, en agitant papiers et stylos. Ils braillaient. « Une photo ! Une photo ! » Je ne comprenais pas ce qui se passait. Quelqu'un a crié : « Fais-nous Bolt l'Éclair ! » Ma vie venait de changer pour toujours.

J'avais bien pensé que si je devenais champion olympique du 100 mètres, certaines personnes me reconnaîtraient. Mais en fait, il s'agissait là de bien autre chose qu'un simple groupe de nouveaux fans. C'était bien plus important, plus insensé que tout ce qui m'était arrivé auparavant. C'était vraiment de l'hystérie.

J'avais besoin de retrouver le calme de la maison des sportifs jamaïcains pour digérer ce qui venait de se passer. À l'intérieur, le coach et Eddie, mon masseur, m'attendaient avec tous les autres athlètes. Tout le monde était là, et c'était la fête. Maurice Smith avait apporté sa caméra vidéo en Chine et il l'a étrennée en me filmant. « Eh, voici l'homme le plus rapide du monde ! » criait-il.

J'ai ri en fixant l'objectif. « Je suis un grand champion maintenant », ai-je dit en savourant l'instant.

J'étais content d'être à la maison, si l'on pouvait s'exprimer ainsi. Je me sentais à l'abri de la folie et de la pression des Jeux ; pour un moment. L'équipe jamaïcaine était vraiment cool. Les athlètes s'aimaient beaucoup entre eux, et l'atmosphère au village était très

décontractée. Tout cela ressemblait beaucoup à l'équipe junior dont j'avais fait partie en Hongrie et à Kingston. Les liens qui nous unissaient étaient plus proches de ceux qui rassemblent une équipe de foot que de ceux d'un groupe de sport individuel ; nous étions soudés par un super esprit de camaraderie. On se stimulait mutuellement avant les compétitions et on remontait le moral à qui venait d'essuyer une défaite.

Aux Jeux olympiques de Pékin, le même esprit régnait, même si notre groupe était composé d'athlètes extrêmement talentueux et motivés comme la médaillée d'or du 100 mètres féminin Shelly-Ann Fraser, Melaine Walker, qui allait gagner le 400 mètres haies, et Veronica Campbell-Brown, vainqueur du 200 mètres féminin. Ma médaille d'or était la première du lot et elle annonçait une moisson olympique record pour la Jamaïque.

Le coach plaisantait, du moins je le pensais.

« J'ai quelques pistes de travail pour ton prochain 100 mètres, m'a-t-il dit. On peut toujours progresser, Bolt. »

J'ai essayé de me souvenir de chaque instant de la course, pour les raconter aux autres, pour leur expliquer ce qu'on ressentait en devenant champion olympique. Eddie voulait savoir ce qui m'était passé par la tête quand mon élan m'avait propulsé vers la victoire. « Que du bonheur, lui ai-je répondu. Quand je me suis élancé sur la piste, j'ai ressenti la poussée d'adrénaline que je ressens toujours, mais en plus intense encore. J'ai eu un sentiment de liberté, quelque chose que je ne pourrais trouver nulle part ailleurs. »

C'était un mélange de plaisir, d'excitation, de puissante énergie. C'était merveilleux.

Quelqu'un m'a prévenu que mes lacets étaient défaits pendant toute la course. J'ai commencé à rire. Vraiment ? Je n'avais même

pas remarqué tellement j'étais dans le feu de l'action pendant ces quelques secondes.

J'avais le souffle court, j'étais épuisé. Quand j'ai retrouvé ma chambre pour me reposer, Maurice était là. J'appréciais beaucoup sa compagnie. La plupart du temps, nous étions comme deux gosses partis de la maison pour la première fois. On se racontait nos histoires, on plaisantait. Ça agaçait le coach, car sa chambre était en face de la nôtre, et il nous demandait constamment de baisser d'un ton, mais d'une certaine manière Maurice et notre esprit colonie de vacances avaient créé l'atmosphère idéale pour gagner. On s'était mis dans une bulle, loin de la foule et de la pression des Jeux. Dans ces moments de détente, je pensais rarement au Nid d'oiseau, à Tyson, à Asafa ou aux courses. En revanche, on discutait de filles, de football et de cricket. À ses côtés, je n'étais pas inquiet.

Ce soir-là, c'était différent. Pour la première fois, Maurice voulait parler business. « Eh, comment tu comptes t'y prendre pour le record du monde du 200 ? »

Je me suis couché en y pensant. Je savais que c'était difficile. Comme tout le monde. Le chrono de Michael Johnson – 19 secondes 32 – m'avait toujours semblé hors de portée. Il tenait depuis douze ans, et sa course des Jeux d'Atlanta, en 1996, était celle qui m'avait donné l'envie de devenir champion d'athlétisme. Johnson lui-même pensait qu'il n'y avait pas grand risque. Il avait apparemment déclaré aux médias que je n'avais pas la puissance nécessaire pour courir aussi vite que lui. Pas jusqu'à la ligne d'arrivée, en tout cas…

« Je ne sais pas, avais-je répondu. Je ne pense pas être capable de le faire : 19 secondes 30, 19 secondes 31, je n'ai jamais approché ces temps-là. »

Maurice pensait que j'en avais les capacités. Il était surexcité.

« Mais tu viens de faire 9 secondes 69 sur 100 mètres sans te fouler mon pote !

— Je sais, mais le 200 mètres, c'est raide, ai-je répondu. Je ne sais pas. Je me demande… »

C'était vrai, je ne savais vraiment pas. C'était ma réaction sincère, et je ne mentais pas à Maurice. Bien sûr, j'étais assez confiant en mes capacités de gagner le 200 mètres, plus encore que le 100 mètres, mais je savais que le chrono de Johnson était un gros objectif, et mon corps me semblait soudain vidé après l'excitation de ma première victoire.

Cependant je savais que je devais me reconcentrer, parce que le 200 mètres était important pour moi. Les gens ne l'avaient pas compris, peut-être parce qu'ils étaient focalisés sur ma victoire au 100 mètres. Mais ma course préférée, c'était le 200 mètres. Même si tout le monde considérait le 100 mètres comme la course phare, et qu'on souhaitait me voir courir de plus en plus vite, je voulais être champion olympique du 200 mètres plus que tout au monde. C'était mon objectif ultime, et m'adjuger l'or dans cette épreuve était mon rêve depuis toujours.

Pour moi, le 200 était l'épreuve qui comptait, tandis que le 100 mètres n'était qu'un jeu. Je savais que mon coach n'était pas d'accord là-dessus. Il voulait que je gagne le 100 parce que c'était un passionné de vitesse qui s'était toujours demandé jusqu'où pouvaient aller les performances d'un sprinteur. C'était intéressant, et je comprenais ça, mais j'aimais le 200 mètres et j'étais super motivé pour le gagner.

Alors que Maurice et moi abordions un autre sujet en ricanant, j'ai entendu des voix dans le couloir. On a frappé à la porte. C'était le coach.

« OK, a-t-il dit en regardant autour de lui. T'as gagné le 100, tu peux te faire plaisir maintenant. »

Nous savions tous les deux ce qu'il voulait dire.

*

Au début, j'ai dit à Maurice et aux autres que ça se calmerait, que l'agitation s'éteindrait. Puis j'ai compris que ça ne cesserait que lorsque je serais rentré en Jamaïque pour me mettre au vert pendant quelque temps. Mais je me leurrais. Je ne savais pas exactement combien de temps l'enthousiasme suscité par ma victoire sur 100 mètres durerait. C'était énorme, et, où que j'aille, les gens voulaient leur part de ma victoire. Je ne pouvais plus sortir, même plus quitter ma chambre. La Chine compte des milliards d'habitants, et, par moments, ils semblaient tous se trouver au village pour essayer de m'entrevoir.

Mon retour, le soir de la course, avait été un avant-goût, mais la confusion a vraiment commencé le lendemain matin de la finale du 100 mètres quand j'ai voulu prendre le bus pour aller à la cantine des athlètes. À peine sorti de la maison jamaïcaine, j'ai été cerné. Une fois dans le bus, je ne pouvais plus en descendre, car une foule de bénévoles et d'employés souhaitaient me féliciter en personne. La plupart d'entre eux demandaient des autographes. Des milliers d'autographes…

J'ai pensé que j'aurais la paix une fois installé dans le restaurant, mais quand je me suis dirigé vers les tables, tout le monde s'est retourné pour me regarder comme si j'étais une pub ambulante. Un gars de un mètre quatre-vingt-quinze, ça se remarque, et il n'y avait pas d'endroit où s'isoler. C'était insupportable. Manger une assiette de nuggets entouré de chasseurs d'autographes me tapait sur les nerfs. J'ai demandé à Eddie de me prendre de la nourriture à

emporter et je suis reparti dans ma chambre, signant des bouts de papier en chemin.

Alors, c'était ça, être une superstar ?

Soudain, la vie me semblait compliquée. Je ne pouvais plus flâner dans le village comme au début des Jeux et je savais que je ne pourrais pas me promener dans Pékin sans provoquer une émeute. Dans un sens, ça ne me déplaisait pas. Aucun videur de boîte de nuit ne pourrait plus jamais me virer si je me pointais en baskets, mais je me sentais pris au dépourvu et je paniquais un peu.

On m'a dit que l'ambiance au pays était dingue. Des photos et des vidéos sur Internet en témoignaient. Des milliers de gens m'avaient suivi sur des écrans géants installés dans les rues de Kingston, et les bars étaient bourrés de fans massés autour des postes de télé. Mon père m'a téléphoné pour me dire que les rues de Trelawny étaient embouteillées par des voitures klaxonnant après ma victoire. Et quand j'avais appelé NJ du stade, il m'avait confié qu'aux États-Unis, la réaction était aussi délirante.

D'une certaine façon, le village olympique me protégeait du monde extérieur. Il était conçu à peu près de la même façon qu'un campus universitaire avec des bâtiments pour chaque équipe nationale. Chaque « maison » avait des chambres que partageaient les athlètes. Il y avait des cuisines et des salons communs afin qu'on se retrouve pour jouer à des jeux vidéo ou regarder des DVD. Le monde extérieur semblait bien loin.

À Athènes en 2004, je m'étais accoutumé à cet environnement, et il me convenait. On se marrait bien. À l'époque, j'étais le bizut de l'équipe jamaïcaine, ce qui signifiait que je devais rendre service à tout le monde, et ils ne se gênaient pas pour me le demander. Je jouais à un jeu vidéo, et quelqu'un criait : « Eh ! Usain, va me chercher une bouteille d'eau ! » Mais ces allers-retours au frigo

faisaient partie du rite initiatique, et, la plupart du temps, nous jouions aux dominos et nous nous amusions tous ensemble.

Côtoyer les plus grandes stars du sport à l'époque avait été pour moi une formidable expérience. J'avais été subjugué en croisant Yao Ming, le phénomène du basket, au village des athlètes. J'étais tout aussi heureux de côtoyer un champion comme Asafa Powell, car je l'admirais beaucoup. Nous avions presque le même âge, mais il courait déjà le 100 mètres si vite qu'il était en train de devenir un dieu en Jamaïque. Je le regardais s'entraîner en pensant : « Waouh, ce type est formidable ! » C'était un privilège de le fréquenter et de lui serrer la main. Connaître Asafa était génial. Et c'était plus hallucinant encore de le voir travailler de près.

À Pékin, les choses avaient évolué, mais l'ambiance restait la même.

On s'amusait bien, on déconnait, malgré une légère sensation d'isolement. La Jamaïque nous semblait à des années-lumière. La seule fois où j'ai vraiment ressenti la ferveur olympique, c'est quand je suis arrivé sur la piste. Ça m'a réveillé.

Vingt-quatre heures après ma première victoire dans le Nid d'oiseau, Maurice est revenu à la charge.

« Et ce record du monde du 200 mètres ? »

Lors d'une conférence de presse, le même jour, j'avais déclaré aux journalistes que j'étais relax. J'avais franchi les séries tranquillement, comme pour le 100 mètres. Tyson étant blessé, le danger venait principalement de Wallace Spearmon, mais je l'avais déjà battu. « Mon seul problème, avais-je dit, c'est que je suis très fatigué. » Mais quand Maurice m'a reposé la question, j'avais retrouvé une certaine fraîcheur et j'avais changé d'avis.

« Qu'importe, avais-je dit. Je vais y aller et donner tout ce que j'ai, et on verra bien. J'enverrai toute mon énergie sur la piste… »

Je m'étais donné toutes les chances pour réussir. En demi-finale, j'avais facilement battu Wallace et Shawn Crawford en 20 secondes 09 et j'ai obtenu le couloir cinq. C'était parfait, car il n'était pas trop proche de la corde. Je me sentais fort. Ma fatigue paraissait s'être envolée.

Mon coach avait l'air décontracté aussi. Et il ne semblait pas avoir l'intention de me redonner des instructions détaillées comme pour le 100 mètres. Il m'avait accompagné pas à pas avant la course. Il m'avait aidé à me détendre et m'avait donné des consignes strictes pour mes échauffements.

« Ne cours pas trop, m'avait-il crié. Fais deux accélérations, un départ. C'est tout. Ne t'occupe pas de ce que fait Asafa… »

Avant la finale du 200 mètres, il avait l'air bien plus décontracté qu'il ne l'avait été de toute l'année. Il prévoyait rarement de séances d'entraînement pour le virage, ce qui était sans doute la partie la plus difficile. Courir à répétition dans le virage n'était pas une sinécure, surtout avec un dos comme le mien, parce qu'il faut se pencher dans son couloir. Mais j'avais effectué cet exercice tellement souvent dans ma vie que le coach semblait confiant. Il ne m'avait fait faire que deux séances dans la saison.

« Ne t'inquiète pas pour le 200, avait-il dit. Ça ira.

— Ça ira ? ai-je ri. Tu ne me trouves pas bon sur 200, Coach. »

Je plaisantais, mais seulement en partie au début. La décontraction apparente du coach aux Jeux a plus tard confirmé cette théorie. Après mon massage par Eddie, il s'était dirigé vers les tribunes pour profiter du spectacle. Quand je suis entré dans le stade, nous nous sommes regardés, et il m'a adressé un signe d'encouragement, levant les pouces. Il n'aurait pas eu l'air plus à l'aise s'il avait été en train de manger une glace. C'est là que j'ai compris.

Peut-être était-il seulement décontracté parce qu'il avait davantage confiance dans mon état de forme pour le 200 mètres. Si c'était le cas, il avait parfaitement raison, car j'ai fait la course parfaite.

« Pan ! »

J'ai littéralement laissé sur place le Zimbabwéen Brian Dzingai. Personne ne pouvait me rattraper. J'ai abordé le virage et pris la courbe en toute fluidité, comme Don Quarrie dans les vieux films. Je me sentais très fort. La puissance de mes ischios, de mes abdominaux et de mes mollets me propulsait vers la ligne comme une fusée, je sentais l'énergie affluer dans mes jambes. Mes muscles fonctionnaient comme des pistons. Osaka était bien loin. J'étais à fond.

À cinquante mètres de la ligne d'arrivée, j'étais tout seul. Je savais que la course était gagnée.

Gagne d'abord, et tu penseras au chrono ensuite.

J'ai levé les yeux.

« Allez, Usain, me suis-je dit. Vise un gros chrono maintenant… »

Je lisais seize secondes.

« Seize ?! Oh, merde, je vais le faire ! »

Dix-sept…

Dix-huit…

Dix-neuf…

Un…

Dernier…

Effort !

Il y avait eu une explosion de lumière crue et de sons. La foule s'était déchaînée dans un mélange de couleurs et de milliers de flashs crépitant. Les gens agitaient des drapeaux.

Le chrono était délirant : 19 secondes 30, un nouveau record du monde. Et si j'avais bruyamment manifesté ma joie après le 100 mètres, maintenant j'étais perdu. Je ne savais pas quoi faire. J'ai écarté grands les bras. Je voulais déchirer mon maillot et le jeter en l'air. J'étais comme fou. Ma vocation était née en regardant Michael Johnson battre le record du monde en 1996 ; j'avais compris ce que ça représentait d'être sacré champion. Plus d'une décennie après, j'avais remporté le 200 mètres olympique et battu le record du monde. Mon esprit me soufflait trois petits mots : J'AI RÉUSSI.

C'est génial.

« J'ai réussi. »

C'est énorme.

« J'ai réussi. »

C'est le plus beau jour de ma vie.

« J'ai réussi. »

*

Le lendemain, après la remise des médailles, j'étais assis au bord de mon lit au village olympique et je regardais la médaille d'or dans ma main. Je souriais. Ce morceau de métal était tout pour moi. Une voix s'est élevée derrière moi. Maurice, sans doute. Je ne sais pas. J'étais ailleurs.

« Mon gars, tu as gagné le 200 et le 100 mètres, a-t-elle lâché. Ça doit être sympa. »

Je l'ai remise en place. « Eh, oublie cette histoire de 100 mètres ! Ne m'en parle plus, regarde plutôt ça. »

J'ai exhibé la médaille.

« L'or olympique sur 200 mètres après toutes ces années à m'envoyer des virages et à entendre les gens dire que c'était

vraiment nul… Qu'ils aillent tous se faire voir. Je le tiens, mon titre ; c'est merveilleux. »

Je vivais un des plus heureux moments de ma vie.

J'ai ouvert mon ordinateur portable pour revoir ma course sur Internet. Au fil des images, comme le chrono s'égrenait, je lisais l'effort sur mon visage. Je puisais au plus profond de moi-même. Je ne blaguais pas quand j'avais dit à Maurice que je donnerais tout. Puis j'ai entendu une autre voix. Celle de mon coach.

« Tu sais, Usain, si tu ne t'étais pas autant battu contre toi-même, tu aurais couru ce 200 mètres bien plus vite… »

J'ai éclaté de rire.

« Tu es sérieux, Coach ? Tu es sérieux ? Accorde-moi un minimum de crédit, je viens de battre le record du monde. »

Il ne pouvait s'en empêcher. Il fallait qu'il m'inflige une douche froide, alors que je me délectais d'un peu de gloire. Une partie de moi pensait que c'était sa manière de me faire garder les pieds sur terre. Mais peut-être aussi croyait-il vraiment pouvoir me rendre encore plus rapide.

*

Je crois que mes performances aux Jeux olympiques ont été sous-estimées tant mes courses ressemblaient à des promenades de santé. J'avais peut-être l'air d'être trop relax. Les autres athlètes me voyaient me trémousser sur la piste, faire des grimaces et jouer avec la foule. Ils devaient penser : « Hum, Bolt croit qu'il peut se pointer sur une ligne de départ pour gagner, hein ? » Ils oubliaient quelque chose…

J'avais l'air décontracté parce que je me nourrissais de l'ambiance des grandes compétitions, et il n'y a pas plus important que les Jeux olympiques. Les championnats du monde juniors

m'avaient donné suffisamment de confiance pour profiter du moment où je pénétrais dans un stade plein à craquer, mais les Jeux de Pékin m'avaient amené à un niveau supérieur. Je m'éclatais à plaisanter devant les fans et les caméras. Je prenais des poses, je sautais en l'air et je faisais signe aux gens. Parfois, c'était délibéré, et je ressortais la chorégraphie de mon copain DJ jamaïcain. D'autres fois, c'était improvisé. Quand j'ai reçu la médaille d'or du 200 mètres, et que les quatre-vingt-dix mille spectateurs du Nid d'oiseau ont chanté *Joyeux Anniversaire* pour mes vingt-deux ans, j'ai fait semblant de pleurer.

Mais il n'y avait rien de comparable à la pose que j'avais prise à l'attention du *monde entier*. Je l'avais mimée après la finale du 100 mètres, déclenchant un raz-de-marée d'attentions à mon égard. Après mon record du monde du 200 mètres, les photographes et les fans se sont mis à m'interpeller en me demandant de le refaire. Chaque fois que je fléchissais mon bras vers l'arrière en pointant l'autre vers le ciel, la foule rugissait. Tout le monde devenait fou. Le sentiment de pouvoir faire monter si simplement le niveau sonore dans le stade était très agréable.

Ma fameuse pose faisait la une des magazines et des quotidiens. Dans le monde entier, on l'imitait : des alpinistes sur des sommets lointains, des trekkeurs dans la jungle amazonienne… Des parents photographiaient même leurs bébés imitant l'éclair dans leur berceau. C'était vraiment merveilleux à voir.

Ces petites fantaisies m'aidaient à me détendre. Elles m'aidaient aussi à oublier la course pendant un moment, et m'amuser sur la ligne de départ m'empêchait de trop penser à ce qui risquait d'arriver quand je me plaçais dans les starts. Ma décontraction signifiait que j'étais prêt à exécuter la course parfaite.

Les fans y contribuaient aussi. Où que j'aille dans le Nid d'oiseau en gesticulant et en blaguant, je buvais le bruit de la foule, et ça me remplissait d'énergie. Ça m'inspirait. La montée des décibels me donnait le frisson à chaque fois, car cela voulait dire que l'échéance approchait. Et plus la foule rugissait, mieux je me sentais.

À ce moment-là, j'étais surexcité. Je ne pouvais m'arrêter de sourire.

Quand j'étais comme ça, persuadé que j'étais à cent pour cent prêt, aucun athlète n'avait intérêt à essayer de me battre. C'était impossible. Tout était joué d'avance. Ma confiance insufflait de l'énergie à tout le monde et profitait à toute l'équipe jamaïcaine. Au moment de disputer le relais 4 × 100 mètres, les autres gars – Asafa, Nesta Carter et Michael Frater – et moi ne pensions pas seulement à remporter le titre. Nous voulions pulvériser le record du monde avec style. Aucune équipe de relais n'avait jamais été aussi motivée que nous avant une finale olympique.

Le plus drôle était que nous ne nous étions pas préparés du tout. Personne en Jamaïque ne s'entraînait jamais au passage de témoin et, parce que nous étions tous quatre très rapides (Asafa, Michael et moi-même étions en finale du 100 mètres), nous prenions la victoire pour acquise. Notre approche était désinvolte : « On se débrouille toujours bien ; même si nos transmissions sont un peu hésitantes, pas de souci. »

En y repensant, on avait dû travailler nos passages de témoin trois fois cette année-là, et l'une de ces séances avait eu lieu au village.

On aurait sûrement dû en prévoir un peu plus, parce qu'il peut se passer des tas de choses lors d'une transmission. On peut trébucher, le passage peut foirer et on peut paniquer, et le pire qu'il puisse arriver lors d'un relais c'est que quelqu'un panique. Mais les filles de

l'équipe jamaïcaine étaient dans la même situation que nous, et nous avions interrompu notre échauffement pour regarder leur finale. Le quatuor composé de Shelly-Ann Fraser, Sherone Simpson, Kerron Stewart et Veronica Campbell dominait largement jusqu'à ce que le témoin tombe lors du passage entre Sherone et Kerron.

Nous n'en croyions pas nos yeux. Nous étions paniqués. Les filles étaient les quatre femmes les plus rapides de la planète et elles auraient dû gagner la médaille d'or sans forcer. Les voir échouer était un moment éprouvant pour nous tous.

« OK, réunion ! » a crié Michael, en frappant dans ses mains et en rassemblant tout le monde. « Faisons passer le bâton, d'accord ? »

Tout le monde a acquiescé. D'un coup, on ne parlait plus de record du monde. Le ratage des filles était un sérieux rappel à l'ordre. Nesta a jailli des starting-blocks, Michael venait ensuite, et j'assurais le virage ; mais quand je l'ai vu me foncer dessus, j'ai été pris de panique. Je n'étais pas sûr de pouvoir attraper le témoin correctement. Je n'étais pas certain de devoir démarrer. Je faisais le virage pour la première fois dans un relais, et Michael arrivait comme une balle dans la ligne droite opposée. J'étais étreint par le doute.

« OK, Usain, relax, me suis-je dit. Fais-toi confiance, tends le bras. Même s'il arrive vite, il va te passer ce témoin… »

« Bang ! » Le passage a été fluide, et j'ai pris le virage à fond en direction d'Asafa. J'ai hurlé « Prends ! » et je l'ai rattrapé alors qu'il était encore en pleine mise en action. Sa main s'est resserrée sur l'acier du bâton, mais il a trébuché. J'ai dû ralentir pour qu'il ait la place de partir.

« Cours, Asafa ! ai-je crié. Cours ! »

Je l'ai suivi jusqu'à l'arrivée sans quitter le chrono des yeux. Le record du monde était de 37 secondes 40. Il avait été établi par les

Américains Michael Marsh, Leroy Burrell, Dennis Mitchell et Carl Lewis en 1992. Mais Asafa les a surclassés, franchissant la ligne après 37 secondes 10.

Trois courses, trois médailles d'or, trois records du monde. Comme je l'avais prédit sur ma petite vidéo maison tournée dans l'avion, je rentrais en héros. Et avec un léger excédent de bagages.

11
L’économie de la victoire

Il y avait un revers à la médaille. En tant que triple champion olympique, j’étais devenu la cible principale de tous les sprinteurs au monde. Les Jeux sont le plus grand événement de la planète ; j’avais fait les gros titres, et mon coach était convaincu que mon statut de boss inciterait tout le monde à travailler beaucoup plus dur. Qu’il s’agisse d’Asafa, de Tyson ou d’un jeune Européen chaussant une paire de pointes pour la première fois. Le monde du sprint voulait me déboulonner de mon piédestal.

« Tout ça, c’est ta faute, m’avait-il dit alors qu’on se reposait au village après le relais 4 × 100 mètres. Si tu n’avais pas couru si vite, personne ne penserait à s’entraîner davantage. Maintenant, ils vont venir te chercher ; ils rêvent de te battre. Tu es au sommet et ça leur déplaît. »

J’appelais ça le syndrome de Manchester United. Personne n’aime les vainqueurs, surtout ceux qui écrasent leurs adversaires, mais ce que j’ignorais, c’était que les fans des autres athlètes s’en prendraient parfois eux aussi à moi. Tout comme les journalistes. J’ai eu un avant-goût de cela vers la fin des Jeux.

Tout avait commencé normalement avec une pièce bourrée de journalistes et de cameramen du monde entier posant à tour de rôle des questions – sur mes performances, mes médailles d'or et mon expérience olympique – auxquelles j'avais répondu des centaines de fois.

L'ambiance a changé quand un journaliste de presse écrite m'a demandé ce que m'inspirait l'absence de Tyson. Certains experts estimaient que j'avais bénéficié de son forfait sur blessure.

« Ceux qui pensent cela n'ont pas tort, ai-je répondu. Tyson Gay était un des meilleurs athlètes en lice, et, c'est vrai, je ne l'ai pas battu. Bien que j'aie gagné des médailles d'or et battu des records du monde, il me faudra à nouveau faire mes preuves en le battant la prochaine fois. »

On a ensuite changé de sujet et évoqué Jacques Rogge, le président du Comité international olympique (CIO). C'était le patron des Jeux : le grand chef. Mais Rogge avait critiqué mes effusions après ma victoire sur 100 mètres, prétendant qu'ouvrir les bras comme je l'avais fait était grossier vis-à-vis des autres athlètes

« Il serait souhaitable d'éviter les manifestations de joie du type "Attrape-moi si tu peux" », avait-il déclaré aux journalistes.

J'ai expliqué que les propos de Rogge m'avaient choqué, car je n'avais fait preuve d'aucun manque de respect. Mon père m'avait trop bien élevé pour cela, et il ne se gênerait pas pour me reprocher d'avoir été impoli, surtout face à des millions de gens. Je reconnais m'être tout de même brièvement inquiété. J'ai pensé : « Merde, j'ai peut-être dépassé les bornes ? » Je connaissais personnellement tous les Caribéens de la finale, et je leur ai demandé s'ils avaient été choqués par mes pitreries.

« Nan mon pote, m'ont-ils répondu. Si l'un de nous avait gagné, il aurait fait la même chose. »

Juste après, un journaliste m'a soumis un sérieux problème. Celui auquel presque tous les champions d'athlétisme ont été confrontés à un moment de leur carrière.

« Alors Usain, vous venez de faire irruption sur la scène de l'athlétisme mondial, avait-il commencé micro en main tandis que le reste de la salle attendait, blocs-notes et magnétophones en main. Que devons-nous déduire du fait que vous couriez si vite… en sortant de nulle part ? »

Il insinuait que quelque chose de suspect s'était produit. Que j'avais pris des produits permettant d'améliorer les performances ou des stéroïdes anabolisants. En soi, c'était une accusation très grave, mais ce sont ses propos liminaires qui m'ont mis en colère, car il soutenait des choses inexactes. J'acceptais qu'on me pose des questions sérieuses et légitimes sur la tricherie et le dopage, mais pas qu'on les base sur l'information erronée que je « débarquais » dans l'athlétisme. Ça m'a exaspéré.

« Une seconde, ai-je répondu. Je commence juste à courir vite selon vous ? Depuis combien de temps faites-vous ce boulot ? »

Toute la salle a éclaté de rire.

« Euh, cinq ans, a-t-il répondu, gêné.

— Je cours vite depuis que j'ai quinze ans, et ça fait sept ans que j'ai d'excellents résultats en athlétisme, ai-je dit. J'ai gagné les mondiaux juniors et j'ai toujours le record du monde junior du 200 mètres. J'ai gagné des médailles aux Jeux de la Carifta et j'ai reçu le trophée du jeune espoir de l'IAAF. Alors, faites vos devoirs avant de poser des questions idiotes. Vous n'avez pas suivi ma progression ? Faites au moins des recherches. Tapez "Usain Bolt" sur votre ordinateur et regardez ce qui sort. »

Je n'essayais pas d'humilier ni de fâcher cet homme, mais sa question dépassait les bornes, car c'était une attaque personnelle qui

faisait fi de ma progression. Je ne débarquais pas de nulle part. J'appartenais au milieu de l'athlétisme depuis longtemps, et mon succès n'était ni une surprise ni un accident dans l'histoire du sport. Surtout sur 200 mètres. S'il avait le moindre doute sur mon intégrité, il aurait dû demander directement : « Vous vous dopez ? » Ce genre de questions ne me dérangeait pas ; j'étais propre, je l'avais toujours été et je le resterais.

Il y aura toujours des interrogations concernant les athlètes qui réalisent de fantastiques performances au niveau mondial. Je comprends cela. Les gens sont soupçonneux parce que nombre de stars ont triché par le passé. Certains ont pris des stéroïdes pour mieux supporter les entraînements, d'autres des produits améliorant les performances pour avoir l'avantage sur la ligne de départ. À la fin de leur carrière, un certain nombre de médaillés d'or ont reconnu s'être dopés et d'autres ont été confondus par les instances régulatrices à l'occasion de grands championnats comme le coureur de 100 mètres Ben Johnson à Séoul en 1988. Ils ont déçu le public ; certains fans ont perdu confiance.

Je comprenais pourquoi les journalistes pouvaient être sceptiques face aux résultats sportifs, surtout s'ils étaient aussi impressionnants que les miens, mais je n'avais rien à cacher. J'étais honnête. Mes parents m'avaient élevé pour me battre et pour gagner, mais pas au mépris de mon intégrité. Au point que je détestais l'idée de remporter une course en ayant mal couru. Comme à Stockholm, où j'avais finalement laissé Asafa gagner. Tricher n'était pas envisageable pour moi. Par ailleurs, le dopage me semblait réservé aux types dépourvus de qualités physiques suffisantes, ce qui n'était pas mon cas.

Pour me préserver d'éventuels problèmes, j'étais très attentif à ce que je buvais et à ce que je mangeais. J'évitais même totalement la

caféine, car je savais que certains athlètes avaient eu des soucis avec ça. Avant Pékin, un coureur américain qui avait sifflé trois cannettes de boisson énergétique avait été contrôlé positif et suspendu. Waouh ! Ça m'avait terrifié. Quand je consommais de l'alcool en boîte, c'était toujours avec des boissons énergétiques, mais cette histoire m'a convaincu de ne plus boire que du jus d'airelle en soirée.

Ça m'inquiétait tellement que je ne prenais aucun médicament quand j'étais malade. Quand je toussais, je me contentais de consommer de la vitamine C plutôt qu'un produit délivré sans ordonnance en pharmacie. Je prenais parfois des antalgiques, mais les médicaments contre la toux étaient proscrits, car leur composition pouvait me causer de sérieux problèmes si je les absorbais en toute bonne foi. Une fois, j'ai eu un rhume ; j'ai attendu que ça passe sans me soigner. Dur d'être un athlète quand on a la grippe… Mais qu'importe. Je savais que si j'avais pris ces médicaments, les conséquences à long terme risquaient d'être bien plus dramatiques que d'avoir à serrer les dents quelques jours. Mettre en péril ma carrière à cause d'un sirop pour la toux aurait été parfaitement stupide, car j'étais sans cesse contrôlé. En compétition, j'étais contrôlé. Chaque fois qu'une affaire de dopage ébranlait le monde du sport, j'étais contrôlé [1]. Quand j'allais consulter le docteur Müller-Wohlfahrt, les contrôleurs arrivaient avec leur matériel et leurs écritoires à pince, et j'étais testé.

Lors d'un voyage en Allemagne, j'ai été contrôlé trois fois par trois instances différentes : une fois par l'Agence mondiale antidopage (AMA), une autre par l'IAAF, puis encore par l'agence antidopage allemande. La troisième fois, j'étais hors de moi. « Franchement, avais-je demandé, vous ne communiquez pas entre vous ? » Mais je préfère être trop contrôlé que pas assez. Le milieu

de l'athlétisme avait lancé une charge, à une époque, contre le système jamaïcain. Plus particulièrement les Américains. Ils prétendaient que nous n'étions pas suffisamment contrôlés, notamment hors compétition. Ces contrôles sont effectués hors saison, au moment où l'on se consacre à l'entraînement foncier. Les Américains pensaient que nous profitions de cette fenêtre pour nous doper. Leur théorie était que les athlètes prenaient des produits pour être plus forts avant les réunions importantes.

Ils prétendaient aussi que notre système de contrôle était peu fiable – comme le système de chronométrage du National Stadium de Kingston –, parce que les tests hors compétition étaient organisés par la JADCO (Commission jamaïcaine antidopage), et non par l'AMA ou l'IAAF. Nombre de fédérations d'athlétisme rivales estimaient que les contrôles menés chez nous étaient trop rares, mais après ma première année chez les pros, la JADCO avait intensifié ses contrôles. Je ne cessais d'être contrôlé, et ça ne me dérangeait pas, car ça faisait taire les mauvaises langues. Ça signifiait aussi que notre sport était plus propre. Plus il y avait de contrôles, plus les athlètes étaient crédibles.

Ces tests étaient quand même vraiment casse-pieds. Le règlement m'obligeait à déclarer aux instances concernées où j'étais et à quel moment, tous les jours de l'année. Mes allers et venues étaient inscrits sur un formulaire destiné à cet effet. Je ne pouvais partir en vacances sans informer les responsables qui se réservaient la possibilité de débarquer n'importe quand, chez moi ou à mon hôtel, pour réclamer un échantillon d'urine – que je sois à Kingston, Londres ou en Allemagne. Et s'ils ne m'y trouvaient pas, je risquais de sérieux ennuis. Leur travail était de détecter l'usage de stéroïdes ou de produits dopants par les athlètes. Ils recueillaient mon urine,

l'envoyaient dans un laboratoire, et les résultats étaient transmis aux autorités concernées.

Ces visites avaient toujours lieu tôt dans la journée, car il était plus simple de me trouver tous les jours entre six et sept heures du matin, que ça m'arrange ou non. Du coup, je m'efforçais de ne pas aller aux toilettes la nuit au cas où les contrôleurs se pointeraient à l'aube, car si je faisais l'erreur de vider ma vessie, je mettais un temps fou à pouvoir ensuite satisfaire les contrôleurs. C'était embarrassant, car ils passaient la matinée à attendre que j'aille aux toilettes, me surveillant en permanence parce qu'un athlète qui triche peut toujours substituer son échantillon d'urine contaminé… Quand j'avais enfin envie de me soulager, ils me suivaient jusqu'aux toilettes, fixant mon entrejambe. Au début, je trouvais très déplaisant que des gens aient les yeux rivés sur mon sexe alors que j'urinais dans une bouteille. Ça me paniquait.

« Qu'est-ce que vous cherchez ? m'étais-je plaint la première fois. Vous avez besoin de regarder de si près ? »

Mais c'est ce qu'ils faisaient, et la plupart des gars étaient aussi embarrassés que moi. Certains contrôleurs semblaient cependant y prendre du plaisir et ne se gênaient pas pour me fixer. Un jour, un officiel a exigé que je baisse mon short jusqu'aux pieds pour s'assurer que je ne dissimulais rien, puis il m'a demandé d'enlever ma chemise.

« Vous plaisantez ? avais-je ri. Vous voyez parfaitement ce qui se passe ! »

Mais le règlement était le règlement. Je préférais supporter les contrôles et pouvoir m'aligner en compétition que d'en manquer un et de ne jamais pouvoir recourir. Ça aurait été plus ennuyeux que tous les contrôles antidopage de la terre. C'était assez simple : mon travail consistait à courir le plus vite possible tout en livrant aux

instances responsables tous les échantillons d'urine qu'elles exigeaient. Tous mes contrôles ont été négatifs. J'étais propre.

*

On disait que j'étais une légende, mais je savais que ce n'était pas vrai. Pas à ce moment-là. Pas encore. Pour obtenir ce genre de statut, il me fallait gagner encore trois médailles d'or aux Jeux de Londres en 2012. Le peuple de Jamaïque, lui, ne voyait pas les choses ainsi. Mon succès à Pékin l'avait rendu fou, et aucun avertissement de mon père, ni aucune séquence de YouTube montrant les gens délirant dans les rues n'aurait pu me préparer à l'hystérie qui régnait à mon retour au pays.

Quand l'avion s'est posé sur la piste de l'aéroport Norman Manley de Kingston, j'ai regardé à deux fois par le hublot. Le tarmac était noir de monde. Les fans brandissaient drapeaux et banderoles qu'ils agitaient en sautant en l'air. Même le Premier ministre était là pour me saluer. Il est illégal d'envahir la piste d'un aéroport international, mais ce genre de règles n'est guère respecté en Jamaïque, et on aurait dit que mon retour au bercail comptait plus que n'importe quel règlement aéroportuaire.

C'est alors qu'un concours de circonstances s'est produit dont je n'ai réalisé la portée que bien plus tard : la pluie s'est mise à tomber. Alors que je me frayais un chemin de la piste à la voiture qui devait me conduire à New Kingston – le quartier d'affaires –, les gens m'étreignaient et m'embrassaient, tendant les bras pour toucher et m'attraper par les vêtements. Mais quand les nuages ont crevé, une partie de la foule a couru se mettre à l'abri. Il était prévu que je traverse Kingston en décapotable, mais la météo a contrarié ce projet, Dieu merci. Quand notre voiture est sortie de Norman

Manley Highway pour entrer dans Harbour View, j'ai entrevu ce qui m'attendait, au moins pour les quelques mois à venir.

Des milliers et des milliers de gens stationnaient là pour me voir, et, alors que la voiture avançait vers la ville, ils nous ont encerclés. Les Jamaïcains peuvent parfois se montrer agressifs. S'ils veulent voir quelqu'un de près ou le prendre en photo, ils le font au mépris des bonnes manières. Ils introduisaient leurs mains dans la voiture pour me toucher, criaient mon nom. J'ai été égratigné, et la voiture sérieusement cabossée. Ça me rappelait le film catastrophe *La Guerre des mondes*. Dans une scène, Tom Cruise tente de quitter le New Jersey dans la seule voiture encore en état de marche, et, tandis qu'il fonce dans une foule affolée, tout le monde s'en prend à lui. Je me sentais dans le même cas : j'étais pris au piège, les fans cernant la voiture. C'était effrayant. Si la capote avait été baissée, j'aurais probablement été taillé en pièces.

Une conférence de presse était organisée à l'hôtel Pegasus en plein Kingston, mais en y arrivant j'ai paniqué. Je n'avais jamais vu autant de monde réuni. Le hall d'entrée était bondé, le parking aussi, tout comme la rue. Les fans se tenaient devant la voiture, refusant de bouger jusqu'à ce que la police vienne leur ordonner de circuler. C'était la première fois que je voyais le peuple de Jamaïque témoigner ainsi son amour. Le cortège de voitures après ma médaille d'or de 2002 était impressionnant, mais il n'avait rien à voir avec la réception de retour à la maison qui m'était aujourd'hui réservée. « Mais qu'est-ce qui se passe ici ? », me demandais-je.

Je pense que c'était encore plus écrasant parce que je connais bien les fans de sport jamaïcains. Il en faut beaucoup pour les impressionner. Leur excitation prouvait qu'ils avaient vraiment pris la mesure de ce que j'avais accompli à Pékin. Mais je n'allais pas me

laisser distraire. Quand j'ai pu m'extraire de cette folie et m'accorder un moment de calme, j'ai pris en compte ce qui m'arrivait.

« Ne te laisse pas embobiner, me suis-je dit. Souviens-toi qu'ils sont jamaïcains. Tu sais ce que tu leur as apporté de bon et si tu le refais, ils t'aimeront davantage. Mais ne tombe pas dans le panneau. Rappelle-toi les huées à Kingston. Si tu te plantes, ils ne te rateront pas. »

J'avais bien compris que ma vie avait changé pour toujours. Je n'habitais plus avec M. Peart, je louais un appartement dans Kingston. Il se trouvait le long d'une route très fréquentée, et tout le monde en ville savait où je vivais. Apparemment, les fans m'attendaient déjà devant l'entrée.

« Je pense que tu ne vas pas pouvoir rentrer chez toi pendant quelque temps, m'a prévenu M. Peart. On va se débrouiller pour que tu restes à l'hôtel Pegasus jusqu'à ce que ça se calme. »

Cette solution n'a pas été très efficace. Au bout de quelques semaines, les fans campaient dans le hall d'entrée pour pouvoir m'apercevoir. Les soirées où j'accompagnais mon frère pour aller manger des saletés étaient bien loin, et me rendre à une simple fête devenait stressant car où que j'aille, les gens me poursuivaient. La première fois que je suis retourné au Quad, un DJ a empoigné le micro et braillé : « Usain Bolt est parmi nous ! » Tout le monde s'est retourné et s'est précipité vers moi. J'ai dû me cacher derrière mes amis, car tout le monde voulait se faire photographier à mes côtés. Les gens ont braqué leurs téléphones portables sur moi toute la soirée, et je me sentais piégé. Comme disait le coach, c'était de ma faute. Je n'aurais pas dû courir si vite.

Il y avait quand même des côtés positifs à cette débauche d'attention. Les dames se jetaient sur moi. Ce n'était pas tout à fait nouveau. J'avais eu des copines auparavant, surtout depuis que je

m'illustrais sur le circuit pro, mais après Pékin la donne avait changé. J'avais l'embarras du choix et, une fois que l'hystérie initiale est retombée, je pouvais aller à n'importe quelle fête et choisir. J'allais en boîte et je me disais : « Hum, d'accord, laquelle ? Toi… ? Toi… ? Ou toi… ? » Pour un jeune homme comme moi, c'était un rêve éveillé. Pensez, j'avais vingt-deux ans et j'étais dans la fleur de l'âge. Je me sentais comme un gamin dans un magasin de bonbons.

C'est ce qui arrive à tous les gens célèbres quand ils sont au sommet. Les filles s'excitent et se disent : « J'en veux ! » J'étais le dernier type à la mode, mais j'avais une petite amie à l'époque ; pratiquement depuis que je vivais à Kingston. Elle s'appelait Mizicann Evans, avait deux ans de moins que moi et étudiait à l'University College of the Caribbean (UCC). Nous nous étions rencontrés dans un restaurant où j'avais mes habitudes à Kingston. Nous avions d'abord été copains. Mizzi était rigolote et elle arborait toujours un grand sourire ; nous n'avons pas tardé à parler de choses plus sérieuses. Au moment des Jeux de Pékin, nous sortions ensemble depuis cinq ans. Par chance, nous nous comprenions parfaitement, surtout lorsqu'il s'agissait de ma célébrité et de l'attention que j'attirais. Elle ne s'inquiétait pas à propos des autres filles, mais nous avions une règle : si j'allais avec une autre, Mizzi devait l'ignorer. Si elle découvrait quelque chose, l'autre fille devait débarrasser le plancher.

Je gérais plutôt bien cette attention, mais j'ai tout de même fait de curieuses rencontres avec d'autres célébrités. Une fois, dans une boîte londonienne, l'ancien buteur de Chelsea, Didier Drogba, est venu me parler. Je ne pouvais croire qu'il savait qui j'étais, car je regardais la Premier League tous les jours et j'étais vraiment subjugué par sa puissance comme avant-centre. Un bonjour et une

poignée de main m'auraient suffi, mais il m'a dit à quel point il avait pris du plaisir à suivre mes courses aux Jeux olympiques, et ça m'a sidéré.

« Qu'est-ce qu'il raconte ? me suis-je dit. Il regarde mes courses ? Mais ces types de Premier League sont mes idoles… Wow, quelque chose a changé… »

Le plus étrange reste la soirée que j'ai passée avec Heidi Klum et Sandra Bullock à Los Angeles. J'étais à Hollywood pour une opération promotionnelle et j'avais ensuite dîné dans un restaurant de Beverly Hills. Ces deux femmes, qui font partie des plus belles actrices, étaient à une autre table. Au moment de partir, le patron du restaurant m'a demandé de prendre une photo. C'est alors que Sandra et Heidi ont regardé dans ma direction. Elles étaient belles et très élégantes.

« Vous sortez les gars ? », a lancé Heidi.

Je ne connaissais ni l'une ni l'autre, mais ma célébrité toute neuve avait fait son effet. Comme Drogba à Londres, elles m'avaient reconnu.

« Ouais, vous voulez venir ? ai-je proposé en riant.

— Bien sûr, si ça ne vous dérange pas ? »

Me déranger ?

Bon sang, quelle soirée ! Nous sommes tous allés en boîte, et on s'est bien amusés. On a parlé, dansé, bu du champagne, mais il ne s'est rien passé d'autre, malgré ce que des sites Internet de commérages ont pu raconter le lendemain. J'aurais bien aimé, pourtant… Heidi Klum et Sandra Bullock, qui aurait refusé ?

*

Mon coach faisait tout pour que je garde ma motivation. En tant que numéro un mondial de ma spécialité, il me fallait travailler

encore plus dur si je voulais rester au sommet, disait-il. Il m'avait tout de même donné deux semaines de vacances supplémentaires pour digérer les changements avant la reprise de l'entraînement foncier, mais le début de son programme avait l'air d'une vengeance.

« La difficulté commence maintenant, Usain », m'a-t-il prévenu alors que nous avions renoué avec les tours de piste, les crampes et les vomissements. Je me suis mis à rire.

« Vraiment Coach ? Maintenant ? Et qu'est-ce qu'on a fait ces quatre dernières années ? »

Il avait un plan très clair pour me faire travailler et me maintenir au plus haut niveau. « Si tu veux continuer à vivre cette vie, il va falloir courir aussi vite qu'avant, voire plus, m'a-t-il prévenu. C'est très bien d'être numéro un et d'être adulé, monsieur Superstar ; mais si Tyson ou Asafa te battent, ça fera très mauvais effet. Tes revenus baisseront, car les sponsors ne voudront pas se ruiner pour un deuxième choix… »

Ça m'a donné à réfléchir. En matière d'argent, tout avait changé en un clin d'œil. Finies les modestes primes de participation, mes médailles d'or de Pékin m'avaient ouvert de larges perspectives. J'avais remplacé Tyson et Asafa comme tête d'affiche, ce qui me permettait d'exiger les plus grosses primes du circuit. Les chiffres évoqués étaient énormes et même hallucinants, parce que je faisais la différence où que je coure. Je véhiculais une image.

Les fans m'adoraient parce que je plaisantais tout le temps en m'adressant à eux, ce qu'aucun autre athlète ne faisait. Grâce à l'ambiance que j'avais mise à Pékin, les gens s'enthousiasmaient pour toutes mes courses, et, quand la saison 2009 a commencé, les organisateurs de courses me voulaient tous. Je remplissais des stades

à moi seul, et, chaque fois que mon nom était au programme, les tickets d'entrée s'arrachaient.

Je donnais à mes parents suffisamment d'argent pour qu'ils n'aient plus jamais à travailler. Mais mon père refusait toujours de lever le pied. Il a utilisé l'argent que je lui avais donné pour ouvrir un petit magasin afin d'aider les habitants de Coxeath. Pas question qu'il s'arrête.

Gagner de l'argent impliquait une responsabilité supplémentaire. J'avais quelques bonnes leçons à apprendre. De simple sprinteur, j'étais devenu une marque internationale. Je n'étais plus seulement un athlète mais un exemple et une sorte d'artiste professionnel, et, bien que je continue à m'éreinter sur la piste de l'université des Indes occidentales pour rester le meilleur, il fallait que je cultive la personnalité que j'avais révélée à Pékin. Les gens voulaient être ébahis par mes chronos, mais ils voulaient aussi voir ce que j'apportais de nouveau. Les fans demandaient : « Qu'est-ce qu'il va nous faire cette fois ? » Il y avait une attente où que j'aille.

Ça compensait parfois une performance médiocre. Peu après le début de la saison 2009, j'ai couru en 10 secondes pile à Toronto avec une météo défavorable. C'était nul à l'époque, compte tenu de mon niveau. Mais l'euphorie était palpable quand j'ai franchi la ligne d'arrivée. Les gens ne s'intéressaient pas à mes chronos, mais ils aimaient me voir esquisser des pas de danse et prendre ma pose *Au monde entier*. Ça m'a mis dans de nouvelles dispositions, et chaque fois que j'allais dans un pays différent, je m'adaptais aux coutumes pour faire vibrer le public. Au Brésil, j'ai commencé à danser la samba sur la piste. À Rome, j'ai piqué un drapeau italien à un fan et j'ai fait le tour du stade en le brandissant. Tout le monde était survolté.

J’avais compris que mon travail ne consistait pas seulement à courir vite. La vitesse comptait beaucoup, bien sûr, mais ma personnalité et ma super célébrité étaient tout aussi importantes, comme ça avait été le cas pour d’autres athlètes par le passé. Les fortes personnalités étaient attrayantes pour les fans. Les Jamaïcains adoraient Asafa parce que c’était un bon gars, mais les Américains raffolaient tout autant de Maurice Greene quand – à son apogée – il se montrait arrogant. Pour l’Américain Justin Gatlin, il en allait autrement. Il avait des supporteurs, mais n’était pas aussi apprécié parce qu’il n’avait pas d’histoire, pas d’image. Il était « seulement » un très bon athlète.

Je savais qu’il fallait que je cultive le personnage que j’avais fait découvrir aux gens à Pékin parce qu’il attirait l’attention, et que l’intérêt du public attirait les sponsors. Ils se disaient : « Hum, ce garçon joue le jeu, et les gens aiment son style. Proposons-lui un contrat ! »

Au début de la saison 2009, les invitations, les contrats et les propositions se bousculaient, et c’était parfois écrasant. Ricky s’occupait de l’aspect international, et M. Peart gérait le versant jamaïcain. Nous avons rapidement fait affaire avec des marques de téléphone mobile, de boisson, de montre et d’équipement sportif.

Mon rôle était d’être au rendez-vous et de me montrer à la hauteur. Je courais à fond et je faisais le pitre pour le public. Mais il était entendu que je devais toujours me tenir impeccablement, car toute opération de relation publique ratée pouvait s’avérer désastreuse. Lors d’une réunion, Ricky m’avait expliqué que mon image avait changé. Il m’avait dit que je devais penser sans cesse aux conséquences de mes actes, parce qu’elles risquaient de modifier la façon dont un sponsor me considérait. Un faux pas pouvait nuire à ma valeur marchande et à mes revenus potentiels

« Souviens-toi, disait-il, tu n'es plus seulement Usain. Tu es Usain Bolt, la marque, les contrats, en permanence. »

Je devais me le rappeler chaque jour, et ça signifiait rompre avec certaines habitudes. Je savais que me faire repérer dans un fast-food de Kingston était néfaste, tout comme être photographié en train de boire de l'alcool à une fête au Quad. Heureusement, rester chez moi pour me détendre avec mes amis me suffisait la plupart du temps, mais je refusais de renoncer totalement à faire la fête.

Je me doutais que ça ne plairait pas à mon coach, et peut-être pas à Ricky non plus, mais je savais ce dont j'avais besoin pour demeurer un bon athlète. J'avais appris à connaître mon corps sur la piste, mais depuis Pékin, je connaissais mon esprit aussi. Faire quelques sorties, danser et m'amuser avec des amis était une soupape de sécurité pour moi qui vivait en permanence sous les feux de la rampe. Ça m'aidait à travailler correctement sur la piste, et personne, vraiment personne, ne parviendrait à m'en dissuader. J'avais vu trop d'athlètes ou autres sportifs gâcher leur carrière parce qu'on leur avait dicté leur conduite dès qu'ils avaient connu le succès, voire avant. On les avait privés de toute joie de vivre. Ils compensaient en se droguant, en se saoulant tous les soirs ou en faisant des conneries. Certains avaient même blessé d'autres gens à la fin de leur carrière, et une ou deux stars du sport étaient mortes de leurs excès. J'avais compris que je devais prendre du bon temps pour rester sain d'esprit, et, du moment que je n'enfreignais pas la loi et que je ne blessais personne, tout allait bien.

Pour moi, mener une existence spartiate n'avait aucun sens. Je suppose que la plupart des autres athlètes pensaient la même chose. Je voulais en profiter, car je savais ce qui se produirait si quelqu'un essayait de contrôler mon existence de quelque manière que ce soit. Un jour, dans un magazine, j'ai lu un article concernant des joueurs

de Premier League qui épousaient leur petite amie. Ils avaient vingt et un, vingt-deux ans. « Tu commences à gagner beaucoup d'argent, à être très célèbre et tu te maries. Bon sang, mais c'est maintenant que ça devient drôle ! » Puis j'ai lu un autre article sur d'autres joueurs de Premier League qui trompaient leur femme à vingt et un, vingt-deux ans. Tout ça me dépassait.

Pour m'amuser un peu, je me suis acheté un quad, et tous mes proches se sont mis en colère. Ils m'ont interdit de le conduire, brodant sur les dangers de ce genre d'engin, comme si je n'en étais pas conscient. Mais c'était moi qui décidais.

« Eh, foutez-moi la paix avec ce quad ! ai-je répliqué. Je sais que c'est dangereux, mais je veux en faire parce que ça me fait plaisir. Quand je le conduis, mes problèmes s'envolent. Je ne m'inquiète plus de rien. J'en profite. »

Le coach voyait les choses différemment. S'il n'avait tenu qu'à lui, je me serais entraîné matin, après-midi et soir, six jours par semaine. Et quand je ne m'entraînais pas, il aurait voulu que je sois chez moi à jouer à des jeux vidéo. Il me disait de ne pas conduire mon quad et de ne jouer ni au foot ni au basket. Une fois, il m'a même conseillé d'éviter les relations sexuelles.

« Je ne m'inquiète pas pour toi quand tu n'es pas en forme, Usain, m'avait-il dit. C'est quand tu es au mieux que ça me stresse, parce que ton niveau de testostérone monte jusqu'au ciel et que ça risque de te causer des ennuis. »

Si j'avais suivi les conseils du coach, je serais devenu fou. Et je me serais détesté rien qu'en me regardant dans une glace. Mon plan était simple. Courir vite et gagner gros. Je savais que par moments il me fallait vivre vite. C'était la seule manière pour moi de garder ma motivation.

12
L’avertissement

Parfois, je vivais vraiment trop vite.

L’accident de voiture…

En 2009, cette collision sur l’autoroute 2000 a changé ma vie et m’a toujours fait m’interroger. La route, la pluie et mon empressement à rentrer pour regarder le match de Manchester United à la télé[1]. Le camion venant en sens inverse, et les tonneaux effectués par ma voiture avant qu’elle ne s’écrase dans le fossé. La fille hurlant sur le siège du passager. Comment diable en avais-je réchappé ?

Je ne m’étais pas posé cette question immédiatement après la collision. À ce moment-là, mon corps vibrait encore de la violence du choc, et j’avais commencé par ouvrir la portière pour m’extraire péniblement de la voiture et constater l’étendue des dégâts. Ce n’était pas beau à voir. Des morceaux de pare-chocs noir et de phares en miettes jonchaient l’herbe et la route. Le capot avait été écrasé comme une cannette de soda, et le pare-brise avait éclaté. Aucune réparation ne pourrait arranger les choses, mais c’était le cadet de mes soucis.

Les filles dans la voiture ! Où étaient-elles passées ?

J’ai d’abord pensé qu’elles étaient sorties par la porte de derrière, mais je ne les voyais nulle part aux alentours. Je me suis baissé pour vérifier l’intérieur du véhicule. Le sol était recouvert de longues épines acérées qui déchiraient mes pieds nus et se glissaient sous ma peau comme de minuscules seringues, mais je n’ai d’abord rien senti. L’adrénaline avait pris le dessus, parce que j’étais dans un état de panique totale et que je voulais m’assurer que les filles étaient saines et sauves.

S’il vous plaît mon Dieu, soyez charitable ! J’ai perçu un mouvement. La passagère arrière est sortie dans un gémissement. Elle portait des traces de coupures et semblait souffrir. Alors que je l’aidais à se dégager doucement de l’épave, je cherchais son amie, et mon estomac s’est presque retourné quand j’ai aperçu son corps inanimé, la tête en bas, dans une position étrange. Le choc lui avait fait perdre conscience. Elle ne bougeait plus, et la pensée qu’elle puisse être morte m’a traversé l’esprit.

Mon Dieu, faites qu’elle ne soit pas morte !

Je me suis précipité pour la sortir de l’épave, mais quand j’ai tiré d’un coup sec sur la poignée, la porte a refusé de s’ouvrir malgré toute la force que j’y mettais. J’ai commencé à paniquer. Le moteur risquait d’exploser. « Eh, du calme ! me suis-je dit, en prenant une profonde inspiration. Du calme maintenant. »

J’ai passé la main à travers la vitre, détaché la ceinture de sécurité en maintenant soigneusement le cou et le dos de ma passagère pendant que je tirais son corps inerte vers l’extérieur. Une autre paire de mains est apparue qui a attrapé ses bras. Un type, un autre conducteur témoin de l’accident, s’était arrêté pour me donner un coup de main. J’avais envie de vomir. Elle était toujours inconsciente, alors nous l’avons sortie par la fenêtre pour l’allonger dans l’herbe. J’ai perçu le léger mouvement de sa poitrine, et,

l'espace d'une seconde, elle a cligné des yeux avant qu'ils ne roulent à nouveau en arrière. Ça ne me disait rien qui vaille, mais au moins elle respirait. J'ai prié en silence.

« S'il vous plaît, faites qu'elle ne meurt pas maintenant. »

Tout le monde était sous tension. On nous a proposé de nous conduire à l'hôpital, mais les routes étaient embouteillées. L'autoroute était saturée, car les gens se déplacent rarement à pied en Jamaïque quand il pleut. Ils sautent dans leur voiture. Le service d'urgence le plus proche se trouvait à Spanish Town, et, tandis que la personne qui nous emmenait se frayait un chemin sous l'averse, je jetais des coups d'œil angoissés vers le siège arrière. Mon amie était toujours inconsciente, et je me sentais coupable ; j'avais peur pour elle. Ça allait mal, je le savais.

*

Je jure que je n'avais jamais été dans mon tort lors de mes deux accidents précédents. Le premier s'était produit quand j'ai emménagé à Kingston en 2003 ; j'avais encore ma Honda. J'avais dix-sept ans et je venais d'avoir mon permis de conduire, alors comme la plupart des jeunes je n'allais nulle part sans ma voiture. Vraiment nulle part. Même chez TGI Fridays, pour un rendez-vous avec une demoiselle, ce qui était prévu d'ailleurs ce soir-là. Pour arriver plus vite, j'avais franchi plusieurs feux tricolores avant de freiner. J'aurais pu franchir l'intersection avant que le feu passe au rouge, mais j'avais décidé de ne pas me presser. « Ralentis, Bolt, m'étais-je dit. Du calme. Respecte la signalisation. »

J'avais attendu au feu. Lorsqu'il est passé au vert, un type m'a fait des appels de phare pour que j'avance plus vite, et, alors que je traversais le carrefour, une autre voiture est arrivée de nulle part et m'a violemment percuté sur le côté. « Bang ! » L'avant de ma voiture

était plié, et j'ai été tellement secoué par l'impact que j'en ai perdu tout bon sens. Pris de panique, j'ai eu le réflexe d'enjamber le levier de vitesse et de sortir par la fenêtre côté passager, c'est-à-dire du côté endommagé. Puis j'ai roulé sur le capot de l'autre conducteur comme un dingue. Je ne sais toujours pas pourquoi j'ai fait ça. J'aurais pu ouvrir ma portière et sortir sans problème. Mais j'étais vraiment choqué.

Le deuxième accident était encore plus ridicule. Il s'est produit le 1er janvier 2006. La première année du projet d'entraînement sur trois ans que mon coach avait mis au point venait de s'écouler, et je commençais la deuxième année rempli de bonnes résolutions. « C'est le jour de l'an, on va commencer très fort, m'étais-je dit. Je vais à la salle de gym. »

Je me suis démené pendant une heure, et, quand j'ai quitté le parking du club du Spartan pour rentrer chez moi, le coach me suivait. Je le voyais dans mon rétroviseur. J'ai tout de suite compris qu'il fallait que j'y aille mollo pour ne pas me faire sermonner durant la séance d'entraînement sur piste sur ma façon de conduire le soir. Je me suis donc dirigé tranquillement vers la maison, en prenant mon temps et en conduisant prudemment.

Mais il s'est passé la même chose que la première fois. Arrivé au feu, j'ai traversé le carrefour. Cette fois, un type est arrivé d'une route perpendiculaire. J'ai accéléré pour dégager le passage, mais, juste à ce moment-là, il a changé de file sans mettre son clignotant et s'est fichu juste devant ma voiture. Pour l'éviter, j'aurais dû emboutir les voitures qui circulaient à contresens et… bam ! Il est rentré droit dans mon aile avant en fracassant mon capot, avec sa vieille bagnole des années 1950 qui semblait construite en acier trempé. Alors que je m'arrêtais dans un crissement de pneus, j'ai vu que ma voiture était sérieusement cabossée tandis que sa guimbarde

n'avait pas une éraflure. Ça m'a mis hors de moi, et j'ai vraiment perdu mon sang-froid.

Tandis qu'il se garait, j'ai retiré ma ceinture de sécurité et je me suis rué de l'autre côté de la rue, prêt à me battre. Quand il est sorti, j'ai été totalement désarçonné. Il avait bien soixante-dix ans et portait une paire de lunettes cerclées de fer avec des verres épais comme des culs de bouteille. De ceux qu'utilisent les vieux en Jamaïque quand ils ne voient plus rien. J'ai laissé tomber.

« Bon sang, ai-je gémi, je ne vais pas frapper un papy. »

Je me suis assis sur le trottoir en fixant mon capot explosé, en marmonnant des jurons pendant que mon coach essayait de calmer le type qui osait dire que c'était de ma faute ! Pour une fois, j'étais content que mon coach se soit trouvé derrière moi.

Ce qui s'était passé sur l'autoroute 2000 n'avait rien à voir avec ça. C'était différent, bien pire. C'était un vrai miracle que nous ayons survécu. Mon amie était toujours dans les pommes, et je ne savais vraiment pas si elle survivrait. Lorsque nous sommes enfin arrivés à l'hôpital, des infirmières se sont précipitées.

« Usain, ça va ? » m'a lancé l'une d'entre elles.

J'ai hoché la tête. « Ouais, tout va bien. »

Elle m'a regardé des pieds à la tête. « Mais vous saignez des pieds ! »

J'ai baissé les yeux, j'avais laissé des empreintes ensanglantées dans la salle d'attente. Les épines du fossé m'avaient lacéré la plante des pieds, mais les coupures me semblaient bénignes par rapport à l'état de la jeune fille qui gisait inconsciente sur le chariot, à côté de moi.

« Madame, elle est dans les vapes, ai-je dit en désignant son corps inanimé. Ne vous occupez pas de moi, soignez-la ! »

Les médecins ont entouré mon amie. Ils ont cherché sous ses paupières des signes de vie. Pendant que j'attendais de savoir comment elle allait, une des infirmières m'a emmené pour soigner mes coupures. Avec une sorte de pince à épiler, on a essayé d'extraire les piquants de mes plaies. Ça faisait un mal de chien ! Cette infirmière devait être la plus malhabile de Kingston.

On m'a dit que mes amies s'en sortiraient, mais au moment de retirer les épines profondément enfoncées dans ma chair, j'étais au supplice. Les mouvements de la pince ne faisaient que les pousser à l'intérieur de ma chair, et chacune de ses pressions accentuait le saignement. Mon sang s'égouttait sur le lit. J'avais si mal que j'ai – l'air de rien – parlé à l'infirmière de la façon dont ma mère procédait dans une situation semblable lorsque j'étais petit. Je tentais de la guider, mais elle n'écoutait pas.

« Mais mademoiselle, lui ai-je dit, ma mère faisait ça comme ça tout le temps… »

C'était vrai, quand j'étais petit, je ramenais souvent des échardes de mes courses nu-pieds à travers la brousse autour de Coxeath. Quand j'y pense, j'étais vraiment trop bête. Je m'étais cassé un orteil, brisé des ongles, enfoncé la moitié d'un morceau de métal dans la plante du pied. Dans mon enfance, je m'étais enfoncé tellement de choses dans les pieds qu'il était miraculeux que je puisse encore courir aujourd'hui.

Je me souviens même qu'un jour, mon pied s'était infecté. C'était dangereux. Ma mère voyait que j'avais mal. Avec mille précautions, comme le font les parents, elle a essayé d'extraire le morceau de bois avec une aiguille et une pince à épiler.

« Ça ne va pas ? » m'avait-elle demandé alors que les larmes roulaient sur mes joues.

« Maman, ça fait mal ! » hurlais-je.

Mon père était là. Il était neuf heures et demie du soir, et il dormait dans la pièce adjacente après une rude journée de travail. Mes plaintes avaient dû le réveiller, car il est entré dans la pièce en m'ordonnant de lui tendre mon pied blessé. Il m'a attrapé la cheville puis il a curé la blessure avec l'aiguille. Je n'arrivais pas à me dégager de sa prise ; il était trop fort et il a réussi à sortir l'épine de ma chair tandis que je hurlais de douleur. Plus vieux, je le taquinais sans cesse avec cette histoire.

« Tu es méchant », lui disais-je.

L'infirmière de Spanish Town était tout aussi brutale. Les échardes ne faisaient que s'enfoncer davantage, et il y avait du sang partout. Rien n'y faisait. Elle a finalement abandonné tandis qu'on appelait un médecin expérimenté pour réparer les dégâts. Il n'a eu qu'à regarder une fois mes plantes de pieds lacérées pour décider qu'une intervention chirurgicale légère était indispensable ; il fallait éviter l'infection. Il m'a prévenu que ce serait douloureux et que j'avais le choix entre deux sortes d'anesthésie.

« On peut vous faire une péridurale, une piqûre dans la colonne vertébrale qui vous anesthésiera de la taille aux pieds…, a-t-il commencé.

— Sûrement pas, lui ai-je répondu en riant. Je ne vous laisserai pas me faire ça.

— Ou alors une anesthésie locale du pied ? », a-t-il continué.

J'ai pensé que compte tenu des circonstances, la deuxième solution était la plus sensée. Grossière erreur. L'aiguille mesurait à peu près vingt centimètres. Le docteur a introduit la pointe dans la peau fine et tendre de mon tibia et comme elle pénétrait ma chair, je voyais l'acier avancer dans l'os vers mon cou-de-pied. Ça ressemblait à une scène de torture digne d'un film d'horreur. J'ai commencé à crier, aveuglé par la douleur qui traversait mon corps.

« Oh mon Dieu ! Tiens bon, me suis-je dit en serrant les dents et en m'agrippant aux barrières du lit. Tiens bon… »

Le docteur m'injectait le produit anesthésiant, mais je n'étais pas au bout de mon supplice. Une autre partie de mon pied devait être endormie. L'effet de la piqûre s'est faufilé dans mon os pour la seconde fois et, alors que la douleur m'étreignait, j'ai commencé à voir trente-six chandelles. J'avais envie de vomir.

« Non, arrêtez ! ai-je crié. Piquez-moi dans la colonne vertébrale. » Quelques minutes plus tard, la piqûre dans le dos m'avait mis KO. J'étais inconscient et, lorsque je me suis réveillé, je ne sentais plus rien de la taille jusqu'aux pieds. Mes pieds, mes jambes et mon torse étaient paralysés. Cette sensation totalement inconnue m'a perturbé. Le docteur m'avait prévenu qu'il faudrait une douzaine d'heures avant que la partie inférieure de mon corps soit à nouveau sensible, et j'étais impatient, car ne plus sentir mon pénis était une expérience des plus étranges. Je ne quittais pas ma montre des yeux, me pinçant régulièrement les jambes en espérant qu'elles reprennent vie. Le temps semblait en rade. Je percevais des fourmillements dans mes pieds et mes mollets, mais c'était tout.

« Oh, merde, mon sexe. »

Mes genoux fonctionnaient, mes cuisses aussi.

« S'il vous plaît mon Dieu, et mon pénis. » Rien…

Je sentais à nouveau mes hanches.

« Mais, mon pénis ? »

Quand j'ai enfin eu une vague sensation, j'ai poussé un énorme soupir de soulagement. À part l'accident de voiture, l'engourdissement de mon entrejambe était probablement la situation la plus angoissante que j'aie connue de toute ma vie.

*

Lorsque mon coach a appris la nouvelle à la télévision et qu'il a vu les images de ma voiture en miettes, il a pensé que j'étais mort. Il est devenu fou. « Personne ne peut sortir vivant d'une voiture dans un tel état ! », a-t-il aboyé à mon copain NJ qui l'appelait pour le prévenir que j'allais bien. Le coach refusait de le croire. Il a dû avoir la trouille de sa vie en me voyant peu après, avec seulement quelques centimètres de bandages sur les pieds en souvenir de cet horrible accident. Nous savions tous les deux que j'avais failli y rester.

Le crash avait brutalement changé ma façon de voir les choses. J'ai compris que Dieu m'avait épargné, qu'Il avait un projet pour moi.

Enfant, je prenais pour acquis le fait que je sois plus grand, plus fort et beaucoup plus rapide que les autres. Ce n'était plus le cas. J'ai compris que j'avais reçu un don et j'ai acheté une Bible pour m'accompagner dans mes déplacements. Ma tante Rose, la sœur de mon père, s'est mise à m'envoyer un verset de la Bible par texto tous les jours. Je le transcrivais ensuite pour m'en souvenir.

J'étais désormais sûr que quelqu'un veillait sur moi. Peu de temps après, j'ai pris l'avion pour Miami. Il y avait des turbulences, et, alors que nous étions secoués, tout le monde s'est mis à paniquer. Moi, je me sentais bien. J'ai basculé le dossier de mon siège, j'ai fermé les yeux et je me suis détendu.

« Nan, je ne vais pas mourir dans un accident d'avion, pas encore, me suis-je dit. Il me reste quelques compétitions à gagner… »

Je suis devenu plus attentif à ce qui m'entourait. J'avais compris d'un seul coup ce qui m'avait été donné et je voulais en profiter au maximum. Je voulais courir encore plus vite, mais j'ai aussi commencé à discuter avec les autres athlètes, aux Racers. C'était

mon tour d'enseigner, de donner des conseils aux plus jeunes sur les techniques et les styles de course. Je voulais transmettre ce que j'avais appris, car je sentais que si je parvenais à les aider efficacement, cela pourrait changer leur vie, sans même qu'ils s'en rendent compte.

Un jour, alors que j'essayais de retrouver la forme sur la piste, j'ai vu de jeunes athlètes courir un 4 × 100 mètres. Pendant leur échauffement, l'un d'entre eux trottinait doucement, étirant et bandant ses muscles dans le virage. Par moments, il partait dans un sprint explosif. C'était une réaction de débutant, et dangereuse avec ça ; alors je l'ai arrêté net.

« Ne fais pas ça, lui ai-je dit. Sinon tu vas t'abîmer les ischios. »

Il a acquiescé et a repris un rythme de course normal. Cela ne signifiait peut-être pas grand-chose pour lui, mais j'avais le sentiment que si ce jeune évitait une blessure grave et se donnait une chance de gagner un championnat cette saison-là, j'y aurais contribué. Je commençais à voir le monde différemment. J'étais non seulement miraculeusement en vie, mais j'avais la chance en plus d'être toujours valide. Le seul problème physique à régler après l'accident était mes pieds meurtris, et je savais que la cicatrisation prendrait quelques semaines. Je m'en réjouissais, car 2009 était une année importante pour moi ; et les championnats du monde de Berlin arriveraient vite. Tous les commentaires à propos de l'absence de Tyson Gay en finale des Jeux olympiques m'avaient motivé pendant la morte-saison, et je voulais prouver que j'étais le meilleur coureur de la planète. En me reposant, j'ai retrouvé ma détermination. Tyson aussi, j'en étais certain.

Mais il a fait un mauvais calcul en déclarant que mon record du monde était à sa portée et qu'il allait me le reprendre. Quand j'ai entendu ça, alors que je me soignais en recommençant mon

entraînement foncier, je n'ai pas vraiment compris. Si un autre coureur voulait mon record, pourquoi le crier ainsi sur les toits ? Tyson devait maintenant réaliser le meilleur chrono de tous les temps sur 100 mètres s'il voulait ne pas passer pour un imbécile. Il venait de se mettre une énorme pression.

Ça m'arrangeait. Cette information me permettait de comprendre sa stratégie. Si l'on comparait l'athlétisme à une partie de poker psychologique à l'approche d'un grand championnat, alors Tyson avait surjoué. Dangereusement. Ses propos m'avaient convaincu qu'il ne soupçonnait pas ma force intérieure. Il n'avait pas compris qui j'étais, ni comment mon cerveau fonctionnait juste avant une course majeure. Bien sûr, il avait pris la mesure de ma prouesse physique, mais il aurait dû savoir que la vantardise à mes dépens – quel que soit son auteur – m'avait toujours incité à travailler encore plus dur. Ça réveillait en moi le compétiteur. Tout le monde aux Racers le savait.

Je pense que nos visions des choses étaient diamétralement opposées. Les déclarations fracassantes n'étaient pas mon genre, aussi confiant que je puisse être avant les championnats du monde. Mon coach et mon expérience m'avaient enseigné qu'un rien pouvait gâcher une course. Une fois sur la piste, le départ donné… « Pan ! » J'étais à la merci de tas de facteurs aléatoires, tous susceptibles de faire échouer ma tentative de record du monde. Je pouvais faire un faux pas, me claquer un muscle, ou même trébucher et tomber juste avant la ligne d'arrivée. Là, il s'agissait d'autre chose, cependant. J'aurais pu affirmer que je savais qu'un record du monde était fait pour être battu. Qui pouvait dire le contraire ? Sûrement pas Tyson. Mais j'ai décidé de réserver mes déclarations aux conférences de presse et aux interviews que j'accorderais après mes courses.

Au début, les séances d'entraînement du coach étaient vraiment impitoyables. À cause de mes blessures aux pieds, j'ai commencé ma quête pour les championnats du monde avec un handicap ; j'étais en retard sur mon programme et incapable de me remettre dans le rythme. À chaque foulée, mes coupures me brûlaient. J'utilisais des chaussures rembourrées de mousse pour protéger la chair lacérée de mes orteils et de mon cou-de-pied. Ça me soulageait, mais courir dans les virages était impossible. Chaque fois que je m'y entraînais, mes blessures se rouvraient.

Le coach m'observait tandis que je surmontais cette douleur, son visage dévoilant rarement une quelconque inquiétude. J'avais appris à connaître ce regard impassible. Il était désolé pour moi, bien sûr, mais les entraîneurs considèrent souvent leurs coureurs comme des pur-sang leur appartenant. Et c'est à ça que ressemblait mon coach en bord de piste. Il étudiait mes muscles comme des instruments de travail. Comme je parcourais à pleine vitesse les couloirs de la piste de l'université des Indes occidentales, il évaluait mon état de forme. Mon potentiel de victoire était décortiqué à chaque séance.

C'est à ce moment-là qu'il m'a révélé son plan pour Berlin.

« Bon, Usain, voilà comment on va faire, m'a-t-il annoncé un soir après l'entraînement. Il va falloir que tu fasses six semaines de préparation intensive si tu veux battre Tyson aux championnats du monde. Oublie les fêtes et arrête de manger des saloperies. Je m'occupe du reste. »

Mon programme sur piste a été ajusté. Nous avons supprimé quelques heures d'entraînement foncier pour nous concentrer sur l'explosivité et la vitesse. Je suis redevenu un athlète exemplaire. J'ai éteint mon téléphone pendant six semaines entières, j'ai éliminé les cochonneries de mon alimentation et les soirées tardives. Assez vite, j'ai recouru le 100 mètres en 9 secondes 70 sans forcer. J'étais

aussi très fort dans le virage du 200 mètres. Une fois encore, mon coach avait trouvé le moyen de me préparer physiquement, malgré le temps perdu après l'accident.

À en juger d'après ma forme, Tyson avait du souci à se faire. J'étais fin prêt.

*

Berlin était un grand événement. Si l'on considère les Jeux olympiques comme l'équivalent pour l'athlétisme de la Coupe du monde de football, les championnats du monde ressemblent à la Coupe d'Afrique des nations, aux championnats d'Europe de football ou à la Copa America. L'enthousiasme est toujours énorme, les fans très excités, et les meilleurs athlètes de la planète sont là pour donner le meilleur d'eux-mêmes.

L'Europe est un endroit formidable pour un athlète. À Zurich, Rome et Lausanne, on m'a toujours témoigné beaucoup d'affection lors des réunions de la Diamond League, mais mon arrivée à Berlin m'a hissé au niveau supérieur. Le site de compétition était l'impressionnant stade olympique de Berlin, une gigantesque arène de soixante-quatorze mille places. Une piste bleu vif encerclait la pelouse, les tribunes étaient archi-pleines presque tous les jours, et, quand le coup de pistolet du starter retentissait, l'ambiance devenait folle.

Pourtant les championnats du monde n'étaient qu'une autre course pour moi. J'étais décontracté. La kinésithérapie soulageait mon dos ainsi que la musculation. Avec le traitement du docteur Müller-Wohlfahrt, ma colonne vertébrale ne m'avait jamais semblé aussi solide. Mes ischios aussi tenaient le coup. Je n'avais donc aucune raison de m'inquiéter. J'ai franchi haut la main les séries du 100 et du 200 mètres et, quand je suis arrivé sur la piste

d'échauffement avant la finale du 100 mètres, j'étais au comble de l'enthousiasme.

J'étais tellement relax qu'une heure avant la course, alors qu'Eddie m'étirait les muscles sur la table de massage, j'ai commencé à plaisanter comme à Pékin. « Eh, qui veut parier sur mon chrono ? »

Tout le monde s'est marré.

« Ouais, allons-y. »

On a tous parié : Ricky sur 9 secondes 52, Eddie sur 9 secondes 59, et j'ai dit 9 secondes 54. J'étais en confiance, pas seulement parce que j'étais affûté, mais aussi parce que la crème de la spécialité participait à cette finale du 100 mètres. Tyson et Asafa étaient là. On était tous à cent pour cent, et je savais que si je gagnais, plus personne n'émettrait jamais le moindre doute sur mon statut de meilleur sprinteur du monde, et que nul ne pourrait trouver d'excuses à mes adversaires.

Au lieu de me stresser, cette perspective me motivait. Elle me réjouissait parce que les défis me réussissent. Tyson a dû s'affoler en me voyant aller de la chambre d'appel à la ligne de départ. Malgré le niveau de compétition, j'étais décontracté. J'ai même commencé à plaisanter avec le coureur d'Antigua-et-Barbuda, Daniel Bailey. On riait en esquissant des pas de danse. On s'était retrouvés dans toutes les courses préliminaires de ces championnats du monde, et c'était à qui serait le plus rapide à chaque départ.

« Bang ! Bang ! Bang ! » Après chaque course, on regardait le ralenti pour voir qui était sorti des blocks le plus rapidement. Mais ce petit jeu menaçait de faire dérailler l'un d'entre nous. J'avais fait un faux départ en demi-finale… J'avais tellement envie d'être devant Daniel que j'avais bougé trop tôt ; à cause de moi, tout le monde a été rappelé.

À l'époque, le règlement sur les faux départs était simple. Un athlète qui bougeait dans le dixième de seconde succédant au coup de pistolet était l'auteur d'un faux départ (les scientifiques estiment qu'avant ce délai, le signal du départ n'a pas le temps d'être transmis aux muscles par le cerveau). L'auteur du faux départ recevait un avertissement, et tout athlète qui en faisait un après cela était immédiatement disqualifié.

Cette règle était la porte ouverte à de nombreuses manipulations. Certains athlètes américains s'étaient spécialisés dans les faux départs délibérés pour déconcentrer les autres. C'était un subterfuge utilisé par les pros expérimentés, surtout ceux qui prenaient des départs plutôt lents.

Plus clairement, un athlète qui préméditait un faux départ était en position de supériorité psychologique. Le départ suivant ne le perturbait pas, puisqu'il avait toujours prévu qu'il y en aurait deux. Alors que ses adversaires étaient tout à coup beaucoup plus tendus, car s'ils devançaient le signal, ils étaient immédiatement disqualifiés.

Dans ce cas, un officiel venait jusqu'à votre couloir pour vous présenter un carton rouge. Les bons partants devaient donc se contenir un peu au moment du « bang ! » Au cas où… Et la donne devenait plus favorable aux plus lents.

Je ne voulais pas perdre une course par disqualification, au moment où ma place de numéro un était en jeu. J'ai pris Bailey à part. « S'il te plaît, oublions ce petit jeu du meilleur départ, lui ai-je dit. Je veux juste faire ce que j'ai à faire. Et quand on se met la pression mutuellement, on fait des conneries… »

Il a acquiescé. Bailey me comprenait. Nous étions amis depuis qu'il était venu faire des stages d'entraînement aux Racers, et il savait que j'aimais plaisanter avant une course. Ça m'aidait à me

détendre. Il était aussi conscient que les enjeux étaient importants pour moi, ce soir-là. Ça ne nous a tout de même pas empêchés de gesticuler au départ et d'effectuer nos chorégraphies favorites. J'ai regardé les autres couloirs et j'ai souri. Le visage de Tyson reflétait une intense concentration. Il devait penser : « Qu'est-ce qui leur prend à ces deux-là ? On est en finale des championnats du monde, et ils font les cons ? »

Une fois sous les ordres du starter… Bam ! J'ai pris un départ de folie et mes premières foulées étaient fluides. Je me suis détaché en un rien de temps, et arrivé aux cinquante mètres, j'ai jeté un œil des deux côtés pour voir où en étaient mes adversaires, mais je savais que c'était une précaution de pure forme. J'avais réalisé un départ parfait. Je ne voyais pas comment qui que ce soit pouvait me rattraper.

J'ai regardé à nouveau juste pour m'en assurer.

« Nan, me suis-je dit. C'est bon. »

La course était gagnée ! À vingt mètres de l'arrivée, j'ai regardé le chrono. Les secondes s'égrenaient, presque au ralenti, et j'ai compris que le record du monde était à ma portée. Le plus étrange est que j'étais très calme. Je n'étais pas étonné comme lorsque j'avais amélioré les records à New York et à Pékin. Au contraire, j'ai gardé mon sang-froid et j'ai franchi la ligne à fond.

Plus tard, j'ai appris que Tyson était fou de rage. Il avait été vu jurant après coup, furieux, serrant les poings.

Il espérait vraiment avoir une chance de me battre, mais à la minute où nous étions arrivés sur la piste, je savais que j'étais plus en forme que lui – au moins sur le plan psychologique. Tyson était trop tendu, alors que je ne me démontais pas. Je ne pensais qu'à gagner mon pari de cent euros avec Eddie et Rickie, tandis que

Tyson pensait aux titres et aux records du monde. S'il avait su se dégager de cette pression, il aurait fait une meilleure course.

Le lendemain, j'ai appris qu'il renonçait au 200 mètres. Les mauvaises langues disaient qu'il ne voulait pas m'affronter à nouveau, que l'idée d'être battu lui était insupportable. En réalité, il s'était blessé aux adducteurs et n'était pas en état de courir. Peu m'importait. J'avais déjà prouvé que je pouvais le battre dans une finale importante.

Je ne voyais plus les choses sous le même angle qu'en 2008, surtout en ce qui concernait le 200 mètres. À Pékin, je n'étais pas certain de la vitesse à laquelle je pouvais courir. J'ignorais si j'étais capable d'améliorer le chrono de Michael Johnson. Mais à Berlin, au moment de la finale du 200 mètres, deux jours plus tard, je savais que j'étais capable de battre mon propre record. Mon chrono sur 100 mètres me l'avait confirmé, et une fois le départ lancé, j'ai tout donné.

Le terme qui pourrait caractériser cette course est « à fond ». J'ai effectué ma mise en action à fond, j'ai couru le virage à fond et j'ai foncé dans la ligne droite. Mais sans tirer sur la corde ni forcer mon talent. J'étais frais, j'avais encore du jus. Quand j'ai senti que j'avais gagné, j'ai regardé le chrono. Chaque fois que je courais un 200 mètres, je savais *grosso modo* dans quel temps j'allais terminer en comparant la distance qui me séparait de la ligne et l'affichage chronométrique.

À l'approche de la ligne, je savais que mon record était abordable. Je n'ai pas pris la peine de casser.

19 secondes 19.

Encore un record du monde.

Si j'avais cassé sur la ligne, j'aurais fait encore mieux : 19 secondes 16 peut-être, mais parce que j'avais l'air d'avoir fait ça

facilement, on a pensé que je n'avais pas donné mon maximum. Les fans savent qu'un athlète qui bat des records reçoit des primes de ses sponsors, et la théorie selon laquelle je ne forçais pas mon talent pour pouvoir battre mon propre record du monde de manière répétée, par avidité, a commencé à se répandre.

Si seulement c'était aussi simple… L'athlétisme n'est pas une science exacte. De multiples facteurs entrent en jeu dans la quête d'un record du monde : la puissance, la forme physique, l'état d'esprit et la chance. Ce soir-là, tout était réuni, et j'avais réussi la course parfaite. En tout cas, je le pensais. Mon coach n'était pas tout à fait d'accord.

« Nan, tes épaules étaient un peu trop hautes, m'a-t-il reproché. Et tu n'arrêtais pas de regarder autour de toi. »

C'était un comble. À ce moment, j'ai décidé de ne plus jamais lui demander son avis sur mes performances. Vraiment, j'avais bien couru. Un record du monde et une médaille d'or… On pouvait difficilement faire mieux. Mais mon coach me trouvait encore des défauts. C'était un peu démoralisant.

13

L’ombre d’un doute, des regrets éternels

L’heure était à la fête.

Après avoir gagné la médaille d’or du 200 mètres à Berlin, j’étais exténué. J’avais eu une année difficile et, après mon accident de voiture, j’avais manqué d’entraînement foncier ; je ne me sentais pas donc pas dans une forme extraordinaire.

Lorsque j’ai couru le 4 × 100 mètres sur le stade olympique de Berlin, je n’étais pas le même athlète que celui qui avait aidé la Jamaïque à battre le record du monde à Pékin. Dès que je me suis élancé, mon énergie a flanché. J’entendais un autre concurrent juste derrière moi, mais je n’arrivais pas à le lâcher. Je me suis effondré sur le sol après le passage de témoin avec Asafa qui s’est envolé vers la victoire, mais ça avait été très juste. Michael Frater a dû m’aider à me relever, car j’étais trop épuisé pour me réjouir.

Je ne pensais qu’à me reposer, j’avais besoin de détente. L’année 2010 devait être une saison tranquille. Il n’y avait pas de grand championnat, aussi avais-je décidé de ne pas forcer pendant douze mois. Bien sûr, je m’entraînerais et je courrais aussi vite que

possible, mais je ne comptais pas fournir autant d'efforts que les années précédentes.

Peu après la fin des championnats du monde, j'ai prévenu mon coach : « 2010 sera ma saison *off*, ai-je dit. Je vais y aller doucement. Je travaillerai dur, mais je ne vais pas me crever comme l'année dernière ni celle d'avant… »

Il n'était pas content.

« Non, Usain, m'a-t-il répondu. Il faut que tu t'entraînes. Tu as d'autres championnats à gagner. »

Je comprenais son raisonnement. Il était mon entraîneur et il devait me motiver pour que je reste le meilleur du monde. Il me rappelait toujours que j'étais payé pour gagner des courses, mais j'avais décidé de ne pas me stresser jusqu'en 2011. J'avais besoin de décompresser. Mon corps était affaibli, et mon cerveau las de tout ce boulot. Je voulais m'amuser un peu. De plus, sans une pause, je ne serais pas capable de me surpasser le moment venu, quand ça compterait vraiment.

Durant la morte-saison, les soirées étaient nombreuses. Dès mon retour à la maison, j'ai organisé la « Super Party des 9 secondes 58 » à Sainte-Anne pour fêter mon record du monde. Tous les fonds recueillis ont été versés à la maison médicale de Trelawny, et beaucoup de gens ont mis la main à la poche. Asafa était là. Même Wallace est venu. Les meilleurs DJ de la Jamaïque ont mixé pour les fans. C'était génial.

Le seul revers de mon succès était que j'étais considéré comme une star nationale au même titre que Bob Marley, surtout depuis mes records du monde. Bien sûr, j'étais heureux de représenter la Jamaïque et de promouvoir l'image de mon pays, mais la comparaison avec Marley, le plus célèbre des Jamaïcains, m'effrayait. Lorsque j'étais parti en Hongrie, pour les championnats

du monde jeunesse, on nous avait emmenés à un concert, et j'avais été stupéfait d'entendre des groupes européens jouer tous ses tubes. C'était incroyable. Le public était déchaîné. Je savais que Marley avait un énorme succès chez nous, mais j'ignorais que sa popularité dépassait à ce point les frontières.

« Quoi ? m'étais-je dit. C'est dingue ! »

Du coup, être comparé à lui me faisait un drôle d'effet. C'était une pression supplémentaire. Ça me dérangeait, et, chaque fois que quelqu'un en parlait, je haussais les épaules et j'éludais.

« Nan, répondais-je. On ne peut pas dire que je sois aussi connu que Bob Marley. Je suis une des icônes de la Jamaïque, d'accord. Être comparé à Bob est un honneur, mais c'est exagéré. »

Je ne pouvais pas nier cependant que j'étais l'athlète le plus célèbre au monde. J'avais gagné le Laureus Award du meilleur sportif mondial de l'année 2009 – j'allais le remporter de nouveau en 2010 et 2013 ; trois fois en tout –, ce qui était très flatteur car les vainqueurs précédents étaient le tennisman Roger Federer, le joueur de golf Tiger Woods et le pilote de F1 Michael Schumacher. Tous ces gars étaient des sportifs d'excellence. Cela me faisait une drôle d'impression d'appartenir à cette catégorie.

La folie qui s'était déclenchée depuis 2008 n'était pas retombée. Où que j'aille, j'étais assailli par les demandes d'autographes. Après les Jeux olympiques, j'étais invité à des soirées officielles partout dans le monde, et les gens faisaient des queues interminables pour recevoir un autographe ; des gens connus – sportifs et sportives de haut niveau, musiciens et hommes d'affaires célèbres – me demandaient une signature.

Je dois admettre que j'ignorais qui étaient certains d'entre eux et que j'appelais souvent Ricky.

« C'était qui ? », murmurais-je, alors qu'un type quittait ma table avec un autographe.

« Oh, c'est le champion du monde de tel ou tel sport », répondait-il.

C'était fou.

Je ne m'en plaignais pas. Ça m'a permis de faire des rencontres insolites dans des endroits marrants. Peu après Berlin, j'étais dans une boîte londonienne, à boire du champagne avec des amis, lorsqu'un type à cheveux longs et portant chemise bigarrée s'est approché ; ses couleurs étaient aveuglantes. C'était une explosion de rouge, bleu et gris avec des pois et des pièces de tissu scintillantes. Wow ! Même ma mère n'aurait pas réussi à coudre un modèle de ce genre !

« Eh, Usain ! je suis Mickey Rourke, m'a-t-il dit en tendant la main. Ça te plairait de courir contre moi ? »

Je connaissais ses films. C'était une superstar d'Hollywood, mais son défi m'a pris au dépourvu. Il était quatre heures du matin, et il était dans un sale état, mais j'ai pensé que ce serait marrant, alors nous sommes sortis. La petite troupe qui s'était massée autour de nous a lancé « Partez ! », et je l'ai laissé gagner de quelques centimètres. Mickey avait dans les soixante ans à l'époque, et je n'allais pas le ridiculiser dans la rue à cette heure. Ça aurait été grossier.

Tout allait si vite que j'avais du mal à suivre. Heureusement, mes amis m'aidaient à garder les pieds sur terre : Ricky et le coach, Pascal Rolling de chez Puma. Puma était mon équipementier depuis longtemps, et, quand une équipe de foot ou une école me demandait de l'aide, Pascal envoyait toujours du matériel ou des maillots. À cette époque, je me suis acheté une maison dans les collines de Kingston pour être tranquille. NJ était revenu en Jamaïque pour

devenir mon directeur exécutif et il s'est installé avec moi, ainsi que mon frère Sadiki. On passait presque toutes nos soirées à jouer aux jeux vidéo ou aux dominos. Malgré ma décontraction, je n'étais pas en mauvaise forme du tout quand la saison a débuté. Nous avions prévu quelques 100 mètres et deux 200 mètres. J'ai réalisé de bons chronos, comme 9 secondes 86 à Daegu et 9 secondes 82 à Lausanne. Sur 200, j'ai fait 19 secondes 56 à Kingston et 19 secondes 76 à Shanghai. J'ai même couru un 300 mètres à Ostrava où j'ai failli battre le record du monde, mais, sans Jeux olympiques ni championnats du monde, je manquais de motivation.

Quand mes courses étaient terminées, je cherchais une fête où finir la soirée.

J'étais prudent quand même. Quand je sortais, je ne buvais pas trop, et pas en public la plupart du temps. La seule fois où je me suis fait avoir, c'est à une fête sur une plage en Jamaïque. Au départ, je n'avais pas envie d'y aller. Le soleil brillait, tout le monde était dehors, donc tout le monde allait me voir.

Puis je me suis dit : « Pourquoi pas ? » Et j'ai finalement été bien content, car c'était une des fêtes les plus incroyables de ma vie. Il y avait des filles à moitié nues sur la plage, les gens buvaient et dansaient sur de la super musique. C'était fou. C'est alors qu'un ami m'a tendu un verre avec un immense col débordant de bière. Il était énorme. Pour le remplir, il avait dû falloir plusieurs bouteilles.

« Toi qui te prends pour l'homme le plus rapide du monde, m'a-t-il lancé, montre-nous donc à quelle vitesse tu peux descendre ça ! »

C'était une occasion unique. J'étais athlète de haut niveau ; je n'étais jamais allé à un bal de promotion ni à une soirée dans une confrérie, et on me donnait la possibilité de faire comme tout le monde. Alors j'ai sifflé la bière à toute vitesse. Mais bon Dieu, le

lendemain la photo de mon exploit était partout sur Internet, et mon coach n'a pas aimé. Je ne pouvais pas lui en vouloir.

Parfois, les fans n'étaient pas contents non plus. Quand ils me voyaient en profiter un peu trop, ils s'inquiétaient. Un jour, un type est venu me trouver dans une boîte à Kingston pour me faire des reproches. « Eh, mon pote ! tu fais beaucoup trop la fête », m'avait-il dit.

Je l'avais arrêté net. « Qu'est-ce que ça peut te faire ? Ça ne m'empêche pas de faire correctement mon boulot. »

Il a eu l'air effaré. Il a tenté de répliquer, mais je n'avais pas terminé.

« Réfléchis un peu. Je fais la fête et je gagne. Je ne fais pas la fête et je gagne. Où est la différence ? »

Il n'a rien trouvé à répondre.

La seule personne qui avait de l'autorité sur moi était mon coach. Il essayait de me faire travailler davantage sur la piste et au gymnase, mais même lui avait du mal à ce moment-là. Pour la première fois depuis quatre ans, je suis rentré en Jamaïque en milieu de saison estivale. Comme il n'y avait ni championnats du monde, ni Jeux olympiques, je pouvais en profiter. Les fêtes dans les Caraïbes à cette époque de l'année sont mémorables.

En août, lorsque je suis retourné courir en Europe au DN Galan de Stockholm, je n'étais pas prêt du tout.

J'avais abusé des soirées tardives avant de prendre l'avion pour la Suède où je devais participer à un 100 mètres contre Tyson et Asafa. Le coach n'a eu qu'à me regarder à l'hôtel pour savoir que j'étais battu d'avance. J'avais une mine épouvantable. Mes yeux disaient que je ne tiendrais pas. Je n'avais aucune énergie et, deux jours plus tard, j'ai terminé deuxième du 100 mètres. Mon dos était tout raide parce que je n'avais pas fait mes exercices, et j'avais mal

aux jambes. Je n'avais plus de rythme. J'ai pris l'avion pour Munich afin de passer un check-up avec le docteur Müller-Wohlfahrt.

« Usain, m'a-t-il dit, ton dos et tes ischios ressemblent à du béton. Il faut mettre fin à ta saison. »

Il était temps aussi d'arrêter de fêter mes succès.

*

Mon coach n'était pas le seul à me harceler pour que je travaille plus dur. Il y avait un nouveau au club : un jeune du nom de Yohan Blake – on l'appelait Blake tout court –, et il était évident depuis son arrivée aux Racers en 2009 qu'il allait être très fort. Il faisait du 100 et du 200 mètres, et il était très rapide. Ses chronos chez les juniors étaient presque aussi impressionnants que les miens. En juillet 2009, il avait fait 9 secondes 96 et 9 secondes 93, et il n'avait que dix-neuf ans.

Physiquement, nous étions très différents. Il était plus petit, environ un mètre quatre-vingts, et il avait trois ans de moins que moi. Mais il était fort comme un taureau. Son cou et ses larges épaules semblaient exploser en direction du bas de son corps. Il avait des bras, un tronc et des jambes très puissants et il ressemblait à un animal labourant la piste une fois sorti des starting-blocks.

J'ai tout de suite admiré son application au travail. En plus, il était très sympa. J'ai appris qu'il adorait le cricket, ce qui nous faisait un sujet de conversation. Mais si j'étais passionné par ce sport, Blake en était obsédé. Il ne vivait que pour ça et, les week-ends, il jouait avec une équipe dans un des championnats jamaïcains. Il était aussi renfermé. Il ne buvait pas et ne faisait jamais la fête et, d'après mes renseignements, il n'était pas très doué avec les filles.

Un jour, alors qu'on se détendait sur la piste en parlant de sexe (oui, les hommes font ça), il m'avait raconté que son entraîneur au lycée prétendait que s'il couchait avec des filles, il ne serait plus aussi rapide et perdrait sa fluidité. Le pire, c'est que Blake l'avait cru.

« Quoi ? me suis-je dit. C'est pas possible ? J'étais quand même plus malin que ça quand j'étais lycéen. »

Blake n'était pas dénué de motivation cependant. À peine arrivé aux Racers, il s'était attaqué à moi. Il adorait la compétition et toutes les occasions de me défier étaient bonnes. Même quand le coach nous faisait sprinter sur dix mètres, il essayait de me battre. Si on nous donnait des séries de 300 mètres, il fallait qu'il termine premier. Je pense que franchir la ligne en tête quand on s'entraînait tous les deux lui donnait confiance en lui, et ça ne me dérangeait pas. J'avais compris que nous avions des conceptions différentes de l'entraînement.

« Détends-toi, mon pote, lui avais-je dit un après-midi. Vraiment. Relax. »

Même si je levais le pied à l'époque, je savais qu'il avait tort d'en faire trop. Au fil des années passées à travailler avec le coach, j'avais appris à écouter mon corps. Je sentais si je devais passer à la vitesse supérieure ou si je ne courais pas correctement. Un après-midi où je sprintais les épaules trop hautes, je m'en étais aperçu avant le coach. Je savais aussi m'accorder des moments de détente sans en subir trop durement les conséquences. Je faisais toujours le nécessaire à l'entraînement pour arriver en forme sur la ligne de départ d'un grand championnat. Jamais trop, jamais trop peu. Si le coach me demandait de courir sur une distance en 25 secondes, je courais en 25 secondes, voire 26. Je ne forçais jamais. Je savais que c'était la bonne méthode.

Mais Blake était différent. Si le coach lui disait de courir en 25 secondes, il se déchirait pour le faire en 23. Il donnait trop d'importance à la compétition. Il lui fallait apprendre par lui-même. Un peu plus tard dans la saison, le coach a dû lui donner une semaine de repos parce qu'il était trop en forme.

« Rentre chez toi, Blake, lui avait-il dit. Tu ne pourras pas être en meilleure forme que maintenant. Ça n'a pas de sens de continuer à t'entraîner, sauf à te fatiguer, et tu ne seras pas prêt pour la prochaine course. »

Trop en forme ? C'était bien la première fois que je voyais ça aux Racers.

Blake avait tort s'il pensait que ses performances à l'entraînement m'impressionnaient. Il ne me connaissait pas encore suffisamment. Certains perdent leur motivation s'ils se font continuellement battre par un adversaire plus jeune. Ils perdent confiance. Ils se disent : « Oh, merde, ce mec va me détrôner. » Je ne fonctionnais pas comme ça. Cette compétition au jour le jour me glissait dessus, car je savais que je me révélais lorsque les enjeux étaient plus importants que de l'entraînement foncier ou des séries de départs.

Mais j'appréciais d'avoir un adversaire digne de ce nom au club. Tout le monde savait que Blake convoitait mon titre. Il voulait être le meilleur sprinteur au monde, et c'était pratique qu'il travaille tout près de moi. À chaque début de saison, je me demandais invariablement : « Hum, dans quel état va être Tyson ? Et Asafa ? Et Untel ?… »

Je n'avais pas à me poser cette question au sujet de Blake, puisque je l'avais sous les yeux. Je pouvais l'observer à loisir. Je pouvais voir quel genre de compétiteur il allait devenir. Je savais quand il allait être vraiment dangereux et si je devais me botter les

fesses pour rester en tête. S'il était en grande forme, je le remarquais tout de suite. J'avais aussi l'avantage de connaître ses défauts et ce qui le mettait en rogne.

Certains pensaient que c'était un désavantage pour nous deux. Kim Collins affirmait que « deux coqs dans le même poulailler », c'était désastreux. Mais je ne voyais pas pourquoi tout le monde s'en inquiétait. J'avais le privilège d'observer Blake, ce qui signifiait que je pouvais faire le nécessaire pour avoir une longueur d'avance lorsque ça comptait vraiment.

*

Toujours se surpasser, c'est vraiment très difficile.

Pour la première fois, je craignais que la magie se soit dissipée à jamais. J'ai eu peur de ne pas pouvoir parfaitement exécuter mes courses. Les carrières sportives sont brèves, l'heure de gloire ne dure pas, et je risquais de perdre rapidement mon avantage. Parfois au début de la saison 2011, j'ai très mal couru. D'autres fois, j'ai vraiment dû forcer dans les dix derniers mètres pour gagner, ce qui n'était pas dans mes habitudes. Dans ces moments-là, je m'interrogeais en franchissant la ligne.

« C'était quoi ça ? pensais-je. Ai-je toujours le génie qu'il faut pour gagner ? »

Ces moments d'insécurité étaient fugaces, mais compréhensibles. Au début de la saison 2011, je n'ai cessé de me blesser. Je suis retourné voir le Doc à Munich, mais malgré le traitement, je ne courais pas bien. À la reprise de l'entraînement foncier, j'avais des tiraillements dans les ischios, les mollets et les orteils. Mes tendons d'Achille me faisaient terriblement souffrir. C'était comme si tout mon corps était détraqué. Une blessure succédait à une autre, sans aucun répit.

Lorsque j'avais rendu visite au docteur Müller-Wohlfahrt pour la première fois en 2004, il m'avait dit qu'en vieillissant je devrais travailler plus dur pour garder la forme, car mon métabolisme ralentirait, et que je ne pourrais plus manger de saletés. Mais il m'avait dit aussi que je devrais en faire plus que les autres athlètes juste pour que mon dos reste fort, et il était évident que j'allais devoir fréquenter plus assidûment la salle de musculation si je voulais éviter de me blesser davantage.

De janvier à mars, je n'ai pas pu m'entraîner normalement. J'ai fait plus de jogging que de sprint et, à la place des départs et du foncier, j'ai fait de la rééducation en piscine pour la première fois. Ça m'a beaucoup énervé.

C'était une année importante pour moi : 2010 avait été une saison *off*, mais en 2011, je devais défendre mes titres aux championnats du monde de Daegu en Corée du Sud. La pression montait. Je devais me présenter en finale du 100 et du 200 mètres en pleine forme.

Le coach me rassurait. En comptant les jours sur le calendrier, je lui demandais, inquiet :

« Ça ira ?

— Ouais, on a le temps, Usain », répondait-il.

C'était comme à nos débuts ensemble. Ma foi en son expérience suffisait à me faire tenir. Même quand je courais mal, je savais que je devais rester zen.

Je devais avoir confiance en ma capacité à me surpasser dans les grandes compétitions. Ça s'était toujours passé comme ça ; mon corps et mon esprit s'étaient toujours réveillés à peine arrivé au village des athlètes.

Je savais qu'une fois installé à Daegu, l'ambiance et l'intensité de l'événement me donneraient un coup de fouet aussi bénéfique que

les paroles d'encouragement de mon coach, et que mon stress disparaîtrait.

« Ouais, les grands championnats, me disais-je, ça je sais faire. »

Je ne me suis donc pas fait trop de souci. Le programme du coach était conçu pour que je sois prêt à temps, je le savais. À Rome et à Ostrava en mai, j'ai gagné mes deux 100 mètres, mais avec des départs médiocres – probablement les pires de toute ma carrière –, et j'étais incapable de trouver le bon rythme. Idem pour mes 200 mètres à Oslo, Paris et Stockholm en juin et juillet. Avant les championnats du monde, je n'ai fait que six compétitions, et, même si je les ai toutes remportées, mes performances n'étaient pas convaincantes. Je n'étais pas prêt comme je l'aurais voulu.

Ma mise en action – ces quelques premières foulées essentielles à la sortie des blocks – commençait vraiment à m'agacer, et, en arrivant dans le stade à Daegu pour les séries du 100 mètres, j'étais dans un état que je ne connaissais pas, parce que mes habitudes avaient été perturbées. Comme à Athènes en 2004, je craignais que mon corps me lâche et j'ai laissé l'inquiétude altérer mon jugement.

Je n'arrêtais pas de penser à la même chose. « Il faut que je réussisse ce départ… Il faut que je réussisse ce départ… »

Le coach voyait bien que ça n'allait pas. Un jour, sur la piste d'entraînement, il s'est campé devant moi alors que je reprenais mon souffle.

« Qu'est-ce qui se passe Usain ? m'a-t-il demandé. Tu n'as pas l'air dans ton assiette. Relax. Tu vas gagner tes courses… »

Il sentait mon inquiétude. J'ai d'abord essayé de ne pas m'en faire, car durant ces championnats du monde je n'avais pas d'adversaires vraiment dangereux. Quand j'ai facilement gagné mes séries, mon anxiété a diminué, comme si on avait actionné un interrupteur dans ma tête. À l'approche de la finale du 100 mètres,

j'avais le sentiment de pouvoir réussir quelque chose d'exceptionnel. En l'absence d'autres grosses pointures, la course me semblait facile à gagner. Tyson et Asafa étaient blessés. Il n'y avait au départ que les sprinteurs caribéens Blake, Kim Collins, Daniel Bailey et Nesta Carter, plus l'Américain Walter Dix et les Français Christophe Lemaitre et Jimmy Vicaut. Je pensais pouvoir m'imposer sans forcer.

Mais les règles du départ avaient changé. La tolérance zéro était entrée en vigueur en 2010. Tout auteur d'un faux départ était immédiatement disqualifié. L'atmosphère était donc un peu plus tendue dans les starts, et mon angoisse est réapparue tandis que je m'échauffais dans mon couloir.

« Faut pas que je rate ce départ ! » me répétais-je.

Je me suis lancé à moi-même : « Au diable tout ça ! Calme-toi. Tu vas faire un mauvais départ, mais tant pis. Tu gagneras quand même parce que tu doubleras tout le monde en fin de course, comme toujours. »

Tandis que nous nous placions sous les ordres du starter, les interférences continuaient dans ma tête.

« Faut pas que je rate ce départ ! »

« Usain, oublie cette histoire de départ ! Concentre-toi… »

« Prêts… »

Le mal était fait. Je n'étais pas prêt mentalement. J'étais trop impatient, trop pressé de livrer ces premières foulées. On ne me croit jamais quand je le dis, mais dans la fraction de seconde précédant le crac du pistolet, j'ai entendu une voix. Un murmure. Un mot.

« Partez ! »

Et je me suis élancé à fond sur la piste. Les muscles de mes bras, de mes mollets et mes ischios se sont tendus puis déployés tandis

que je jaillissais des blocks. J'étais parti trop tôt et j'étais incapable de couper cet élan. J'ai réalisé ma bêtise immédiatement. Mon cœur a chaviré ; je savais que j'étais dans la merde. Paniqué, j'avais devancé le coup de pistolet, et j'allais être disqualifié. Mes championnats du monde étaient terminés. Je n'avais pas besoin de regarder les officiels pour savoir ce qui m'attendait et j'étais dans une colère noire. J'ai déchiré mon maillot en jurant.

« Putain ! Non ! C'était trop facile ! Il n'y avait personne. C'était la course la plus facile que tu courras jamais. Tu aurais pu gagner les doigts dans le nez. »

Un officiel s'est approché. Il m'a montré la sortie. Il souhaitait que je quitte la piste. Comme je refusais de bouger, il m'a pris par le coude. Ça m'a mis encore plus en colère. J'ai vu rouge ; je voulais lui casser la gueule. J'ai eu toutes les peines du monde à me retenir de faire quelque chose d'affreux.

« Me touche pas », ai-je sifflé, en dégageant mon bras et en me dirigeant vers le tunnel. Au passage, j'ai frappé les gradins en réalisant ce qui venait de m'arriver. J'ai commencé à taper dans tout ce qui se présentait – les murs, les tentures qui ornaient les tribunes… Les fans m'observaient. Des millions de gens de par le monde étaient témoins de ma souffrance. C'est la première fois que j'étais dans un tel état sur une piste d'athlétisme. Le départ a été redonné sous mes yeux. Je savais que Blake allait gagner. Moi éliminé, il était imbattable. Le coup de pistolet a retenti, et, tout en suivant la course, je bouillais de colère. Mais j'ai applaudi la victoire de Blake, car j'étais sincèrement content pour lui. Je savais comme il avait travaillé dur aux Racers pour ce premier moment de gloire.

Les répercussions de ma bêtise ont été terribles. Je me suis éloigné et j'ai tenté de comprendre les raisons de mon mauvais jugement. Je n'avais pas été moi-même. Le doute après mes

blessures avait altéré mon jugement. J'avais transformé le départ en une obsession. J'avais donné trop d'importance à ma performance.

Dans la nuit, au village, j'ai entendu les théories les plus stupides à propos de mon échec. Tout le monde avait une opinion. Certains pensaient que Blake avait délibérément bougé dans les starts à côté de moi, qu'il m'avait induit en erreur, que j'étais parti à cause de ça. Ça m'exaspérait.

« Eh, c'est de la faute de personne, OK ? avais-je coupé. Je n'ai rien vu de tout ça parce qu'au fil des années j'ai appris à ne pas m'occuper des autres ; parce qu'il y a toujours des faux départs et que nous sommes tous tellement à fond que si quelqu'un bouge, ça suffit à me faire partir trop tôt. Alors, n'y pensons pas… »

D'autres incriminaient les nouvelles règles, disant qu'elles n'étaient pas équitables. Si j'étais une des premières victimes célèbres, elles étaient cependant valables pour tous.

Puis on m'a dit que des commentateurs de chaîne de télévision estimaient que j'avais été stupide. Ils expliquaient que lorsque les coureurs avaient été rappelés, j'aurais dû faire comme si de rien n'était. Ils affirmaient que si j'avais gardé mon maillot et mon calme, les officiels n'auraient pas osé me disqualifier à cause de mon palmarès. Ça ne me satisfaisait pas non plus. Je n'aurais pas été fier d'utiliser ce genre de ruse. Je n'aime pas la triche. Si j'avais fait ça, j'aurais passé le reste de ma vie à me dire que je ne méritais pas cette médaille d'or.

Tout le monde ne voyait pas les choses de cette façon. À la seconde où j'avais été disqualifié, une partie du public de stade de Daegu avait déserté les tribunes. Pour eux, le spectacle était terminé.

*

Le coach ne m'a pas dit un mot à propos du faux départ. Jamais. Ça a été le pire moment de ma carrière, et il n'y a pas fait allusion depuis, même pour plaisanter. Sans doute parce qu'il savait à quel point j'avais été blessé. Je suppose qu'il pensait que j'étais capable de gérer seul la situation.

Les jours suivant ma disqualification, j'ai eu du mal à me ressaisir. J'ai joué à des jeux vidéo avec mes coéquipiers, y compris Blake. J'ai regardé un match de Manchester United sur Internet. Malgré une journée de repos complet, j'étais toujours vidé. Mes parents étaient venus de Jamaïque pour me voir courir. Je leur ai rendu visite un soir et j'ai réussi à plaisanter un peu parce que je devais sortir de mon ornière pour la finale du 200 mètres.

Mais je ne supportais plus que les gens me demandent comment j'allais gérer mon départ lors de la course suivante.

Je n'en savais strictement rien, mais il fallait absolument que je dissipe l'inquiétude qui m'avait submergé. Fort heureusement, le déclic s'est produit sur la piste. Quand je suis sorti du tunnel dans le rugissement de la foule pour la finale du 200 mètres, j'ai retrouvé mon enthousiasme.

« Je dois vraiment frapper fort, maintenant, me suis-je dit. Mais je ne suis pas au top… Qu'est-ce qui va se passer ? »

C'est alors que j'ai vu des enfants dans les tribunes. Ils me faisaient signe en souriant. Je suis allé leur dire bonjour et j'ai fait l'andouille. Je suis revenu à la réalité.

« Eh, au diable le stress ! me suis-je dit. Tu es ici pour t'amuser. C'est en étant relax que tu es devenu un champion, comme aux mondiaux juniors. Alors ne t'inquiète plus et sois toi-même. »

Presque instantanément, j'ai retrouvé ma joie de vivre. Finis les soucis, ma pêche était de retour. J'étais libéré d'un poids. Ces gamins m'avaient rappelé qui j'étais. Je me suis souvenu que j'avais

mis mes pointes à l'envers en 2002 et que ça ne m'avait pas empêché de gagner. J'étais un champion et, quand je suis sorti des blocks au bon moment, j'ai très bien couru.

J'étais au couloir trois, près de la corde, et j'ai senti mes muscles dorsaux se raidir alors que j'attaquais le virage. Mais ça n'a pas suffi à me ralentir. À l'arrivée, j'étais premier en 19 secondes 40. Plus tard, j'ai aidé l'équipe du relais 4 × 100 mètres à pulvériser à nouveau le record du monde en 37 secondes 04. J'avais relevé la tête.

Au village, ensuite, j'ai réfléchi à ma situation. Je suis persuadé que rien n'arrive par hasard. « Si je n'avais pas fait de faux départ ici, ai-je pensé, j'aurais eu les mêmes problèmes la saison prochaine. » Ça aurait été un désastre. Londres 2012 se profilait et je ne voulais pas mettre en danger la défense de mes titres. Pas là-bas.

« Bon Dieu, j'espère que tout ça me servira de leçon », me suis-je dit.

En regardant mes médailles d'or, j'ai prié pour que mes problèmes de condition physique et de stress soient terminés pour de bon. J'aurais dû me méfier.

14
Mon heure

Le coach détestait que je parle de mes blessures dans les médias ; il m'expliquait que cela ne faisait qu'accentuer leur importance à mes yeux et à ceux des journalistes. C'était mauvais pour mon mental, car il estimait qu'on arrivait plus facilement à neutraliser la douleur en n'en parlant pas. Et puis face aux médias, cela me donnait l'air de chercher des excuses en exposant à la face du monde mes problèmes et mes douleurs. Mais bon Dieu, il faut bien reconnaître qu'au début de la saison 2012 j'avais de sacrés bobos. Ma scoliose et mes deux tendons d'Achille me faisaient souffrir le martyre.

Quand je m'extirpais de mon lit, au lendemain d'une grosse séance d'entraînement, j'avais l'impression que mes ligaments avaient été remplacés par du fil de fer barbelé rouillé. Parfois aussi, je me sentais comme une marionnette en bois dont les fils étaient pleins de nœuds.

Eddie soignait mes tendons d'Achille deux fois par jour pour libérer les articulations de mes chevilles et détendre mes mollets avant l'entraînement. Il me massait le dos et la colonne vertébrale, chassant avec ses doigts l'inflammation et la tension. Je suis

retourné voir le toubib à Munich. Les Jeux olympiques de Londres approchaient, et je ne pouvais pas me permettre de prendre trop de retard sur mon programme d'entraînement.

Je me suis d'abord entraîné très dur. Si dur que la tête me tournait et que je me sentais nauséeux après chaque séance sur la piste. Je m'enfonçais les doigts dans la bouche pour vomir afin de me débarrasser des nausées, mais dégobiller n'empêchait pas l'acide lactique d'envahir les muscles de mes jambes, et ce point de non-retour était insupportable. Parfois, je hurlais pour qu'Eddie débarrasse mes jambes de cette douleur. Je m'écroulais sur la piste, à l'agonie, après chaque séance de course intense, les muscles de mon dos secoués par des spasmes, et, alors qu'il détendait mes fibres musculaires et mes tendons, je rêvais du jour où je serais définitivement libéré de tous mes maux. « Je bullerai quand j'en aurai fini avec l'athlé, Eddie, plaisantais-je. Je me mettrai au golf… »

Comme la plupart des athlètes, j'avais quasiment tout le temps mal quelque part. Chaque jour m'apportait son lot de douleur. Le travail en salle était pénible, celui sur la piste aussi, tout comme le sprint et les fondamentaux. Tout n'était que souffrance. Le pire était l'entraînement foncier de début de saison. Tous les jours, je faisais dix 350 mètres à fond pour augmenter ma résistance et mon intensité. J'avais le droit à un court repos entre les sprints et, à la fin de la séance, je peinais à me relever de la piste. Dieu que c'était violent. Comme le sprinteur et recordman du monde américain Jesse Owens l'a dit un jour : « Toute une vie d'entraînement pour seulement dix secondes [de course]. » Mais je devais penser inconsciemment que cette douleur valait le coup. « Je devais le penser. »

Quand on s'est mis à travailler, ce n'était pas seulement la douleur physique qui me freinait ; mon esprit n'était pas prêt non plus. Ma mésaventure en Corée du Sud m'avait affolé, et le faux départ perturbait constamment mes pensées. J'ai commencé à m'inquiéter pour Londres. J'étais obsédé par l'idée d'avoir une mauvaise réaction au coup de pistolet du starter. Peaufiner mon placement dans les starting-blocks était devenu pour moi un nouvel objectif, une obsession pour ainsi dire. J'ai expliqué au coach que je voulais sortir des starting-blocks comme une balle ; ça l'a exaspéré.

« Écoute, oublie cette histoire de départ, a-t-il coupé un soir où nous en discutions. Tu n'as jamais été un bon partant, tu es passable. À Pékin, tu es parti correctement et tu as gagné ; tu as même battu le record du monde. Alors arrête de t'inquiéter pour tes départs et avance. »

Ça ne m'a pas aidé. Lorsque la saison a débuté, j'étais toujours irrégulier. Une course en 9 secondes 82 m'avait suffi pour gagner le Jamaica Invitational, mais au mois de mai suivant, j'ai ensuite couru le pire 100 mètres de ma carrière professionnelle dans un temps lamentable de 10 secondes 04 à Ostrava, en République tchèque. Mon temps de réaction était mauvais, tout dans cette course était raté. Je n'avais pas de jambes, et rien n'allait, mais je n'étais pas trop inquiet, car tout le monde avait mal couru. Je n'étais qu'un homme après tout et je ne pouvais pas battre de record à toutes les compétitions. Je pouvais quand même gagner la plupart d'entre elles et, dans les deux courses suivantes à Rome et Oslo, j'ai confortablement battu Asafa en 9 secondes 76 et 9 secondes 79. Pourtant – contrairement à notre course de Stockholm quatre ans auparavant où j'avais pris l'ascendant psychologique –, le résultat m'a déstabilisé. C'était trop facile. L'idée que j'étais en forme parfaite m'a incité à diminuer l'intensité de mes entraînements. Je

me suis accordé trop de soirées tardives, comme je l'avais déjà fait avant Osaka, en 2007. Bien sûr, je faisais scrupuleusement toutes les gammes ordonnées par le coach, je me donnais à fond sur la piste et j'allais au Spartan quatre fois par semaine, mais je ne forçais pas. Je faisais comme si 2012 était une année normale alors qu'elle était capitale pour moi. Il ne m'est pas venu à l'idée que je puisse perdre ma condition physique aussi vite que je l'avais acquise, pourtant j'avais le sentiment que ma forme, ma vitesse et ma puissance s'étaient envolées.

Je ne m'en suis pas aperçu tout de suite, et c'était ennuyeux, car les sélections nationales pour les Jeux olympiques se profilaient et les concurrents jamaïcains étaient forts, très forts. Face à moi, il y avait Blake, Asafa, Nesta Carter et Michael Frater. Tous étaient des vainqueurs potentiels, et chacun de nous avait la puissance nécessaire pour gagner. Les sélections jamaïcaines sont considérées comme les plus difficiles au monde, car le niveau y est aussi élevé que celui d'une finale de championnat du monde. Seuls trois athlètes pouvaient se qualifier pour Londres dans chaque spécialité. Il n'y avait aucune place pour l'autosatisfaction, la compétition allait être intense, mais, pendant la semaine précédente, les ischios de mes deux jambes m'ont causé des ennuis. Eddie passait son temps à essayer de les dénouer, mais, alors que je disputais les séries et la demi-finale dans le National Stadium de Kingston, j'ai senti que quelque chose clochait. Je n'étais pas comme d'habitude. Mes jambes étaient de bois, mes tendons raides et je ne jaillissais pas des blocks avec mon punch habituel.

« T'en fais pas, me disais-je alors que je me préparais pour la finale. Ça va marcher. » Je croyais en la magie de ce stade. J'allais me nourrir de l'énergie que dégageaient les tribunes pleines à craquer autour de la piste, même si je devinais que les spectateurs

encourageraient plutôt Asafa que Blake ou moi. Kingston, c'était chez lui, et il y était toujours très soutenu lors de ces grandes réunions.

J'avais pu mesurer la popularité d'Asafa quelques années auparavant lors d'un championnat national. L'accueil qu'il avait reçu m'avait déstabilisé, car je le battais régulièrement depuis un moment, et j'espérais que le public serait de mon côté. Mais au départ de la course, alors que nous étions alignés côte à côte, la foule lui avait témoigné une véritable dévotion. Je ne comprenais pas. J'en ai perdu ma concentration. Je me demandais ce que j'avais bien pu faire pour que le public jamaïcain se détourne de moi. « Je cours tellement bien, avais-je pensé, enfin je crois… Et Asafa ne m'a jamais battu aux JO… »

Ce jour-là, j'ai oublié ma devise : « Fais-le pour toi d'abord et pour la Jamaïque ensuite. » Cette distraction a failli me coûter la première place.

Cette fois, aux sélections, j'étais préparé à l'enthousiasme qu'allait susciter Asafa et, alors que je m'échauffais avec Blake, je l'ai charitablement prévenu. « Écoute, au départ, ne t'affole pas, lui ai-je dit. Ici, Asafa est sur ses terres. Souviens-t'en. Quoi qu'il arrive, nous ne sommes que des invités. Même si Asafa court mal, les gens l'adorent, alors ne va pas imaginer qu'ils sont tes supporteurs. »

Je ne croyais pas si bien dire. Sur la ligne de départ nous étions tous trois côte à côte, Asafa au milieu. Le speaker a prononcé mon nom, et une acclamation a parcouru les gradins. C'était puissant, mais pas délirant. Quand ça a été au tour d'Asafa, une clameur phénoménale s'est élevée. Blake s'est penché en arrière et m'a jeté un œil. Il avait compris l'importance de la popularité d'Asafa, et nous avons tous les deux souri. Une bonne leçon.

Toute la concentration du monde ne pouvait pas compenser ma méforme. Sous les ordres du starter, Nesta Carter était placé sur ma gauche. « Prêts… »

Le coup de pistolet est parti. « Pop ! » Il a tressailli sur la ligne de départ, reculant légèrement avant de pousser vers l'avant. Ce mouvement m'a déstabilisé et je suis sorti des blocks bon dernier. Mon départ était pire que ceux des tours précédents. Je n'avais aucune puissance et, au bout de cinquante mètres, je savais que la victoire était compromise, car Blake avait pris une belle avance.

« Merde, je ne vais pas rattraper Blake. Je ne vais pas rattraper Blake. » J'avais vu ce jeune se transformer en excellent finisseur, les deux années précédentes chez les Racers. Il était toujours fort dans les trente derniers mètres d'un 100 ou d'un 200 mètres, et, si je le laissais prendre trop d'avance au départ à l'entraînement, il m'était souvent difficile de le coiffer sur la ligne. Aux soixante mètres, je savais que c'était râpé pour la première place. Il avait cinq ou six mètres d'avance et ça aurait été déjà dur à rattraper dans un bon jour. L'autre problème était Asafa.

« Pas question de le laisser me battre ! »

J'étais au maximum, mettant chaque muscle à rude épreuve dans les vingt derniers mètres pour finir devant Asafa et prendre la deuxième place. Quand j'ai regardé le chrono, Blake avait réalisé le meilleur temps de sa carrière, 9 secondes 75, et il exultait. C'était le meilleur temps de la saison. J'ai alors compris que ma décontraction à l'entraînement avait failli me priver de ma qualification pour les Jeux de Londres. J'étais fou de rage.

« Tu dois arrêter de déconner, ai-je pensé en rentrant à la maison ce soir-là. Pas question de laisser Blake gagner aussi le 200 mètres. C'est "ta" course. » Le lendemain, en finale, j'ai abordé le virage à fond, mais ça n'a pas suffi. Blake s'est détaché dans la ligne droite et

ma vitesse s'évaporait à mesure que je me rapprochais de la ligne d'arrivée. J'avais épuisé mes réserves, et, quelle que soit la fréquence à laquelle je martelais mon couloir, quelle que soit ma volonté de me presser, mon corps ne répondait pas. J'étais fracassé, et le supplément d'âme grâce auquel j'avais battu le record du monde à New York, Pékin et Berlin n'était plus là.

Comme sur 100 mètres, j'ai terminé deuxième, ce qui suffisait à me qualifier pour Londres, mais c'était loin de me satisfaire. Je me suis assis sur la piste, mortellement vexé. Mes ischios étaient douloureux, mes jambes fatiguées, j'étais vidé, mais j'avais encore la force d'envoyer un message à mes adversaires. Je me suis relevé et j'ai trottiné jusqu'à Blake. Je l'ai gentiment pris par le cou. Aux yeux du monde, j'avais l'air de le féliciter. Les spectateurs ont dû imaginer des mots gentils et amicaux, comme : « Bien joué, belle course. Je suis content pour toi. » Au contraire. J'étais hors de moi et c'était le moment de remettre ce gamin à sa place. « Eh Blake, ça ne se reproduira plus jamais ! » l'ai-je prévenu. Je riais, j'étais sympa mais très sérieux.

« Plus jamais. »

Je voulais que ce soit bien clair.

*

Les jours qui ont suivi ces deux deuxièmes places, la Jamaïque entière m'a éreinté. On disait que c'était au tour de Blake de connaître les feux de la rampe olympiques, et après tout il était le champion du monde en titre. Officiellement, j'étais fini et la ferveur dont j'avais fait l'objet après Pékin et Berlin s'était éteinte.

Ça ne me gênait pas. Je comprenais. J'avais déconné dans ma préparation. Je m'étais persuadé que mon moteur était assez puissant pour gagner les sélections sans trop forcer, et ma puissance

du début de saison était aux abonnés absents. Je savais que c'était de ma faute et que je serais plus affûté à Londres, mais ça ne rendait pas ma défaite face à Blake plus facile à avaler.

Je m'en suis voulu pendant des jours. J'ai toujours été critique envers moi-même et, quand je rate quelque chose – une course, un match de foot –, je me traite d'idiot, ou pire. Après une bonne semaine à me reprocher mes erreurs, j'ai regardé une rediffusion des sélections chez moi. Vraiment, je n'aurais pas dû, mais je ne pouvais m'empêcher de retourner le couteau dans la plaie. Il fallait que je revive ce moment douloureux, que je m'inflige une double peine.

Vautré sur mon canapé, j'ai revu ce départ minable, et Nesta reculant dans les starts sur le 100 mètres. J'ai lu la tension sur mon visage alors que j'essayais de rattraper Blake dans les trente derniers mètres du 200. C'était horrible. Mais il s'est produit quelque chose, quelque chose qui m'a rendu fou. Sur l'écran de télé, Blake franchissait la ligne puis fonçait vers le public. Je n'avais pas remarqué ça ce soir-là, car je m'étais écroulé sur la piste, épuisé. Mais là, ça m'a mis sérieusement en rogne. Il se dirigeait vers les tribunes pour célébrer sa victoire tout en posant un doigt sur ses lèvres.

« Chhuuuttt ! »

Il semblait ordonner à tout le stade – moi y compris – de se taire. J'ai rembobiné pour regarder une seconde fois. C'était bien ça.

« Chhuuuttt ! »

« Non, mais ?! me suis-je dit. Sans blague ? Mais qu'est-ce qu'il fout ? »

Je me suis repassé la scène, encore et encore. C'était incroyable. Je n'étais pas fier d'avoir perdu contre Blake, mais ses fanfaronnades m'étaient insupportables, car depuis deux ans qu'il avait accédé au haut niveau, je n'avais fait que l'encourager. Quand il avait

commencé à s'entraîner avec nous chez les Racers, je l'avais rassuré. En interview, je n'oubliais jamais de dire aux journalistes : « Gardez un œil sur ce gamin, il va être super fort. » Mais je le considérais surtout comme un ami et un coéquipier. Je m'étais efforcé de lui apprendre les ficelles de notre sport. Je lui avais livré de petits tuyaux lors des compétitions. Comme le jour où je l'avais engagé à ne pas se laisser impressionner par la popularité d'Asafa aux sélections jamaïcaines. Et c'était encore moi qui avais trouvé son surnom en disant à des journalistes que c'était une vraie bête de course. « La Bête », l'expression était restée. Et c'était un surnom flatteur.

Mais la Bête avait fini par s'en prendre à moi.

Ça n'était pas si grave. Chacun doit avoir confiance en soi et vouloir être le meilleur. Tout athlète doit se faire passer pour un dur aux yeux du public et des autres compétiteurs. Mais je ne m'attendais pas à ce que Blake le fasse à mes dépens.

Je savais que Tyson Gay n'aimait pas que je le batte, mais il ne m'a jamais ridiculisé publiquement. Asafa Powell avait eu des paroles peu amènes à mon égard dans les médias, mais ça m'importait peu, car nous n'étions pas proches. Il appartenait à un autre club jamaïcain, et qui sait ce que son coach lui demandait de dire ou de faire ?

Avec Blake c'était différent. Nous faisions partie du même groupe d'entraînement. Il savait comme j'avais travaillé dur les deux années précédentes, et aussi quel compétiteur acharné j'étais. Tout le monde le savait d'ailleurs. Il était de notoriété publique que j'avais horreur de perdre. Peu de temps avant, j'avais raconté à des gars du Racers Track Club une partie de golf avec NJ, et ils avaient bien ri à l'évocation de ma rage d'avoir perdu [1].

Blake connaissait cet aspect de ma personnalité. Il était là quand j'avais raconté cette histoire et, si j'étais du genre à me mettre en colère pour une partie de golf – un sport auquel je ne connaissais pas grand-chose –, il devait imaginer mon état d'esprit après ma défaite contre lui au 200 mètres. *Dans ma spécialité*. Je n'étais pas franchement ravi.

Il savait aussi que me dénigrer ou me faire passer pour vulnérable revenait à agiter un chiffon rouge devant un taureau. Il me défiait. Et face à un défi – comme ceux que représentaient mes premières courses scolaires, comme face à Keith Spence, comme face à Tyson –, je me montrais toujours à la hauteur.

Après avoir vu le ralenti de la course, j'étais d'humeur sombre et je n'ai pas adressé la parole à Blake à l'entraînement pendant quelques jours. Je pense que j'avais un peu perdu mes repères, mais ça s'est arrangé peu après. Je l'ai même félicité pour sa performance un soir. J'avais intégré l'idée que nous étions compagnons d'entraînement et rivaux en compétition. Quand j'y repense, j'aurais dû le remercier, car son geste m'a remis en selle. En l'espace d'un instant, j'étais à nouveau excité, sur les rails. Tout ce que j'ai accompli sur la piste après cette soirée sur mon canapé, je le dois à mon orgueil. Je me suis entraîné pour battre Blake, et lui seul. Je voulais débarquer à Londres et lui prouver que j'étais un champion. J'ai dissimulé cet état d'esprit afin qu'il ne perçoive pas ma déception initiale, mais intérieurement j'avais conscience qu'il était temps de s'y mettre sérieusement. On allait solder les comptes.

*

Londres 2012 : la folie.

À la minute où je suis arrivé dans la capitale britannique, j'ai senti que l'enthousiasme était à son comble. Les rues regorgeaient de drapeaux et de couleurs ; une atmosphère de fête régnait dans la ville. Où qu'on regarde, des panneaux géants et des posters faisaient la promotion des Jeux olympiques, et mon visage figurait sur presque tous. Un artiste spécialisé dans les graffitis avait même fait mon portrait sur un mur d'immeuble dans l'East End. C'était superbe. Mais je découvrais tout cela par l'intermédiaire d'Internet, car il était hors de question que je fasse du tourisme. Contrairement à Pékin, il n'y a pas eu de moment de calme avant la tempête. Dès l'instant où j'ai atterri, je suis resté cantonné au village olympique hors de portée des chasseurs d'autographes et des fans. Ça n'était pas drôle. Il y avait un centre commercial près du parc olympique et mes copains passaient leur temps à me téléphoner pour me dire qu'il était rempli de jolies filles.

Mais je devais rester concentré. J'avais attendu quatre ans ce moment qui m'offrait l'opportunité de devenir le plus célèbre des athlètes. Après Pékin, on m'avait qualifié d'icône, d'exception générationnelle, comme Muhammad Ali, Pelé et Jesse Owen avant moi. Mais j'avais vécu les choses différemment à l'époque : je ne voyais pas la différence entre moi et les autres champions olympiques. Et ils étaient nombreux. Ouais, j'avais gagné trois médailles d'or la fois d'avant, et c'était impressionnant, mais pour me distinguer réellement, je devais le refaire. Y parvenir à Londres serait énorme.

Pour être honnête, j'avais vingt-cinq ans et je considérais ce moment comme le plus opportun pour me hisser au rang de légende. Les Jeux de Rio auraient lieu quatre ans plus tard, et mes belles années risquaient d'être passées. J'aurais vingt-neuf ans en 2016, et, même s'il restait possible de gagner trois médailles d'or à cet âge, ce

serait une mission difficile. J'étais sérieux, concentré comme jamais. J'ai dit à mes amis : « Eh, arrêtez de me parler de filles, j'ai du boulot ! » Une rumeur commençait à enfler. Les journalistes anglais peuvent vraiment délirer, et un article racontait que cent cinquante mille préservatifs avaient été distribués au village olympique. Apparemment, chaque participant en avait reçu quinze pour la durée des Jeux. Je n'en ai pourtant jamais vu aucun. Puis la gardienne de but de l'équipe américaine de football féminin a mis de l'huile sur le feu en déclarant à des reporters qu'elle avait vu des couples batifolant dans l'herbe près des appartements des athlètes. Ce fantasme d'une espèce d'orgie privée devait sembler croustillant au monde extérieur, mais je n'ai personnellement rien vu de tout ça pendant la première semaine des Jeux. Personne dans l'équipe jamaïcaine ne m'en a parlé non plus, mais les ragots – alimentés par le mythe selon lequel les sélectionnés olympiques se ruent les uns sur les autres à peine arrivés sur le site – n'ont pas cessé pour autant.

On entend souvent dire que notre jeunesse et nos poussées d'hormones nous empêchent de contrôler nos envies. C'était peut-être valable pour les médaillés des premiers jours – au tir à l'arc ou au tir olympique –, mais pour nous… Les épreuves d'athlétisme ne débutent que la deuxième semaine des JO, et nous concourons ensuite presque tous les jours. Frayer avec le sexe opposé est donc la dernière chose qui me serait venue à l'esprit, au moins tant que je n'avais pas terminé mes épreuves. Quand j'ai donné une conférence de presse avec Asafa, un journaliste, intrigué, nous a interrogés à propos de cette histoire de préservatifs. On s'est regardés et on a éclaté de rire. Nous ignorions de quoi il parlait.

« Jamais vu une capote au village olympique, ai-je dit. Sincèrement, jamais. »

J'étais troublé cependant. Alors qu'on rentrait dans une voiture officielle à la maison jamaïcaine, Asafa et moi avons tenté de comprendre d'où sortait cette histoire.

« Pourquoi distribuent-ils ces trucs ? » lui ai-je demandé. Il a haussé les épaules. « Mais qui en a eu ? ai-je insisté. Pas nous. Peut-être qu'ils les donnent à la fédération et qu'elle ne veut pas nous encourager en les distribuant ? »

Nous ne vivions pas pour autant comme des moines. J'ai vu quelques athlètes jamaïcains bien en profiter. Leurs épreuves terminées, ils pouvaient se permettre d'aller faire la fête dans Londres. Quand je les croisais le lendemain matin, ils avaient toujours l'air fracassé, les yeux injectés de sang. Je commençais par me moquer d'eux. Puis je pensais : « Merde. J'ai le 100, le 200 et le 4 × 100 mètres… Je ne pourrai jamais en profiter, j'ai tellement de boulot. »

C'était un boulot agréable. Le temps était frais, le stade avait l'air merveilleux, et, dès que j'ai mis le pied sur la piste pour la première série du 100 mètres, tout le monde dans les tribunes s'est mis à hurler. J'en ai eu des frissons. Plus j'avançais sur la piste, plus la clameur s'amplifiait. Et plus elle était forte, plus je me sentais pousser des ailes.

Le stade olympique était plein à craquer, même le premier matin des séries. Le public londonien se pressait à l'intérieur dès l'ouverture des portes.

Tout le pays prenait fait et cause pour l'événement. L'atmosphère était fantastique et je n'avais jamais senti monter une telle énergie. Pas même à Athènes ou à Pékin. Je regardais autour de moi, m'en imprégnant. « Pourquoi y a-t-il tellement de monde ici ? » me demandais-je. D'ordinaire, les sessions du matin remplissaient au mieux la moitié du stade, même pour un grand championnat. Le

stade olympique de Londres était différent ; il palpitait. Dans le public se trouvaient de nombreux Jamaïcains ; les Caribéens ont toujours adoré Londres, et beaucoup d'entre eux étaient venus pour faire la fête. Ils nous encourageaient avec ferveur, et ça décuplait mon énergie. Mais ça véhiculait aussi beaucoup de pression. À cause des succès jamaïcains aux Jeux de 2008, nous étions considérés comme favoris dans les épreuves de sprint. L'attente était forte, et nos compatriotes voulaient que nous – Shelly-Ann Fraser (100 mètres féminin), Melaine Walker (400 mètres haies féminin), Veronica Campbell-Brown (200 mètres féminin) et moi – remportions de nouveau les mêmes titres qu'à Pékin. Sans parler du relais 4 × 100 mètres masculin. On ne parlait que de ça. Tout le monde voulait savoir pourquoi notre petite île donnait naissance à autant de sprinteurs de très haut niveau. Dans les articles de journaux ou les documentaires télévisés, toute une série d'hypothèses étaient avancées. Certains – dont mon père – prétendaient que c'était l'effet de nos patates douces qui sont la base de l'alimentation jamaïcaine. D'autres expliquaient que les sprinteurs jamaïcains sont initiés sur des pistes en gazon, comme celle de mon école. Cette surface, disaient-ils, améliorait notre technique – or un athlète qui court vite sur l'herbe peut courir vite n'importe où.

Michael Johnson, ancien champion olympique du 200 et du 400 mètres, jurait de son côté que nous – ainsi que de nombreux athlètes américains – devions nos succès à notre ascendance : les esclaves d'Afrique de l'Ouest. Apparemment, à l'époque, ces hommes avaient fait l'objet d'une sélection très rigoureuse avant d'être expédiés vers l'Amérique et les Caraïbes. Le voyage était si pénible qu'il tuait beaucoup d'entre eux. Johnson croyait que ce gène de l'esclave nous avait été transmis, et que c'est de là que nous

tenions notre supériorité physique. Nous étions naturellement plus forts, plus affûtés et plus rapides. Mais j'ai une autre théorie. La Jamaïque produit autant de sprinteurs d'élite grâce aux Champs.

Les Jamaïcains considèrent l'athlétisme de la même façon que les Brésiliens le football. Ils en sont dingues. Partout au Brésil, les gosses tapent dans des ballons : dans les rues, sur les pelouses, même à la plage. Il y a des terrains de football éclairés à Copacabana. C'est donc tout naturel qu'ils aient des joueurs du niveau de Neymar, Ronaldo et Ronaldinho. En Jamaïque, tous les enfants font de l'athlétisme, et les Champs sont le summum pour tout jeune ambitieux.

Cela ne concerne pas seulement les gamins de Kingston ou ceux des grandes villes doués pour le sport. Des athlètes de zones rurales profondes se révèlent également, comme je l'ai fait en 2001, et mon coach affirmait déjà à l'époque que les entraîneurs nationaux n'avaient que l'embarras du choix. Le National Stadium de Kingston était la vitrine des plus grands talents. Ils les y regardaient courir comme on observe des pur-sang. « Oh, Untel a du potentiel ! » s'exclamaient-ils. Ou encore : « Celui-là est dans sa dernière année junior, il n'ira jamais plus vite. » Un jeune qui terminait quatrième, mais semblait plus doué que ses aînés disputant la même épreuve était placé sous la houlette d'un coach qui le façonnerait.

Le « gène de l'esclave » dont on parlait tant à Londres 2012 n'était donc pas la question. Si ces gamins repérés aux Champs ne s'égaraient pas, les sélections olympiques de 2016 seraient sacrément plus difficiles que celles auxquelles je venais de participer. Ma défaite face à Blake avait prouvé que c'était un rendez-vous plus sérieux que tous les autres. La passion de la Jamaïque pour l'athlétisme allait faire monter d'un cran ou deux le niveau national parce que ces jeunes espoirs étaient vraiment forts.

Ils étaient sûrs d'eux aussi. Je me souviens d'un collégien qui nous avait rejoints au club quelques mois avant les Jeux de Londres. C'était un coureur de 200 mètres doué, et il se vantait de pouvoir battre mon record des Champs. Je l'ai regardé amusé. « Vas-y, lui ai-je dit. Bats le record du monde junior du 200 mètres aux championnats du monde juniors d'abord, et on en reparlera. »

Ce gosse a raté les Champs pour deux centièmes de secondes et, quand il est revenu à l'entraînement la semaine suivante, il semblait gêné. Je suis passé près de lui avec Blake, parlant délibérément très fort : « Les merdeux qui n'arrêtent pas de parler de battre mes records et de me battre moi feraient mieux de la fermer. »

Secouant la tête, il n'a pas pipé mot. Le coach lui a glissé : « File d'ici avant qu'ils te ridiculisent pour ne pas avoir tourné sept fois ta langue dans ta bouche avant de parler. »

Je le taquinais seulement, mais je voulais aussi lui donner une leçon, parce qu'on ne prend pas les meilleurs d'aussi haut quand on est aussi jeune. Il faut au contraire se frayer un chemin vers le haut. Mais ces gamins ne le comprenaient pas forcément. Ils commençaient par me regarder en se disant : « Je vais battre Usain Bolt. » Ils oubliaient qu'il leur fallait d'abord battre Tyson, Asafa, Blake, Wallace Spearmon, avant de s'attaquer à moi. Mon message à leur adresse était : « Eh, les gars ! La route est longue. Battez les autres avant de viser le sommet. »

Les Champs brassent une telle quantité de nouveaux athlètes que j'avais toutes les chances de voir rapidement arriver de sérieux rivaux. En attendant, c'était mon heure de gloire et celle de la Jamaïque.

*

Le type que je voulais absolument battre en série du 100 mètres était Justin Gatlin. Le sprinteur américain avait eu en 2006 un contrôle antidopage positif à la testostérone et il avait purgé une suspension de quatre ans, mais ce n'était pas ce qui me turlupinait [2]. Je voulais gagner parce qu'il parlait beaucoup avant les courses, et qu'il adorait intimider les autres sprinteurs au départ, ce qui me paraissait un peu ridicule.

La première fois que j'ai vu cela se produire remonte à son grand retour sur les pistes en 2011. Personne n'ignorait qu'il voulait faire forte impression. Le seul Jamaïcain en lice contre lui ce jour-là à Doha était Asafa, et la pression d'une défaite potentielle était considérable. Je l'avais même mis en garde : « Eh Asafa, ne le laisse pas gagner ! Il ne peut pas revenir et te battre après tant d'années sans compétition. »

Sur la ligne de départ, Gatlin a commencé son cirque. Il roulait des mécaniques un peu comme un autre sprinteur américain, Maurice Greene, un cador à son époque. Maurice a été champion olympique du 100 mètres en 2000 et a détenu le record du monde en 9 secondes 79. Sur les lignes de départ, il faisait des grimaces et fixait les autres dans la chambre d'appel, ce qui devait être flippant, car c'était un type balaise, très musclé. Maurice savait que tout autre compétiteur intimidé par son show aurait du mal à se concentrer sur la course, ce qui lui donnait un avantage. Les temps avaient changé depuis son époque, et un véritable respect régnait parmi les athlètes quand j'ai commencé ma carrière professionnelle. Mais Gatlin n'était pas beau joueur. Comme Maurice – bien qu'il ne soit pas aussi bon athlète –, il tentait d'imposer au départ l'ambiance d'un match de boxe. Il a planté son regard dans celui d'Asafa qui a paru s'éteindre. Gatlin l'a doublé sur la ligne d'arrivée, et, nom de Dieu, j'étais furieux. Il a fait un tour d'honneur tirant des salves

imaginaires en l'air. Il a continué son cinéma en conférence de presse.

« Et d'un. Plus que deux », a-t-il dit en référence aux sprinteurs jamaïcains. Blake et moi étions apparemment ses prochaines cibles. « Nom de Dieu, ai-je pensé. La honte… »

À mesure que la scène se déroulait sur l'écran de télévision, mon envie d'attraper Asafa et de lui tordre le cou augmentait. Personne n'avait apprécié ce résultat. J'étais hors de moi, Blake aussi, et à l'entraînement du lendemain, nous nous sommes tous posé la même question. « Comment Asafa avait-il pu laisser ce gars imaginer qu'il était si fort ? » Cette défaite était vexante, mais, peu de temps après, Gatlin a recommencé son manège avec moi au Challenge mondial IAAF de Zagreb. Il pensait sans doute pouvoir m'effrayer comme Asafa, parce qu'à l'échauffement, il m'a regardé avant de baisser les yeux et de cracher dans mon couloir. La salive est sortie de sa bouche comme au ralenti pour atterrir devant moi. Je ne pouvais y croire. J'étais mort de rire, c'était trop drôle.

« Quoi ? ai-je pensé. Tu crois pouvoir m'intimider en crachant dans mon couloir ? Ah ! Ah ! »

Il en fallait beaucoup pour me mettre en colère car mon père m'avait élevé de façon stricte, mais aussi parce que les types comme Gatlin ne me font pas peur. Par ailleurs, il faut être vraiment malveillant pour me perturber. Je me fâche rarement, car les bonnes manières comptent énormément pour moi, mais mon calme avait dû agacer Gatlin parce qu'il m'a lancé un autre crachat.

Cette deuxième agression ne m'a incité qu'à me concentrer davantage. Je me suis mis à calculer : « Il court au mieux en 10 secondes 01 cette saison. Moi en 9 secondes 60. Et il pense m'intimider en crachant dans mon couloir ? Quel abruti ! »

Dès lors, je savais que je le battrais. Je ne pouvais pas perdre. Les seules questions qui me taraudaient étaient : « À quelle vitesse vais-je courir ? Avec quel écart vais-je remporter cette course ? »

J'ai recroisé le regard de Gatlin une fois la course terminée. J'avais franchi la ligne en tête et je me suis retourné. Il était cinq mètres derrière. Il n'y avait rien à ajouter. C'en était fini des crachats et des regards condescendants. Je lui avais botté le cul, à la manière de mon père. Peu avant les Jeux olympiques de Londres, Gatlin a tout de même recommencé son numéro avec les journalistes.

« [Le public] a assisté au Bolt Show pendant quelques années et il aimerait maintenant un peu de variété. Je suis content de revenir, d'être au niveau et je vais me charger de cela. »

Peut-être lui avais-je paru hors de forme, surtout après les sélections jamaïcaines et Ostrava. Mais Gatlin était un peu comme moi, c'était un compétiteur acharné. C'est en tout cas ce que pensait mon coach. « Vous vous surpassez tous les deux pour les grandes occasions », disait-il.

Qu'importe. À mes yeux, Gatlin n'était qu'une petite contrariété. Je savais qu'il ne pouvait pas me battre aux Jeux tant j'étais en forme. De son côté, il était seulement « bien ». Mais je voulais quand même le battre à plates coutures dans les séries, juste pour lui clouer le bec, mais nous ne sommes pas tombés dans les mêmes courses. J'ai dû attendre la finale pour mettre mon projet à exécution.

Ce qui comptait le plus était que je sois fort en série. Mon dos et mes ischios tenaient. Je pouvais pousser dans chaque course sans craindre une blessure et j'étais très rapide dans les soixante premiers mètres. Après avoir dominé sans trop de problèmes sur 100 mètres, je devais faire la même chose sur 200. Et comme j'avais cessé de me stresser au sujet de mes départs, j'étais hyper confiant.

Blake était également en confiance. Peut-être trop. Le premier jour des séries du 100 mètres, je m'étais qualifié facilement. Quelques minutes plus tôt, il avait gagné sa série aussi, et, en rentrant au vestiaire, je l'ai vu devant moi. Les journalistes de presse écrite et audiovisuelle l'entouraient dans la zone mixte : l'endroit où l'on interviewe les athlètes juste après leurs épreuves. Ils m'attendaient moi aussi. Il y avait des micros et des caméras partout. Comme je remontais la file des intervieweurs, bavardant, j'ai entendu les propos pleins d'assurance de Blake qui se tenait à quelques mètres. Il en disait beaucoup trop. On m'a alors fourré un magnétophone sous le nez.

« Usain, Yohan vient de dire qu'il était nerveux pendant les séries du 100 mètres, m'a braillé un journaliste. Mais il pense que ce sera une autre histoire pour le 200 mètres.

— Ah bon ? »

C'était comme un défi. Comme s'il avait affirmé qu'il gagnerait la finale du 200 mètres. Je ne m'en suis pas formalisé, cependant. J'en ai déduit que les propos de Blake avaient été déformés. Je savais qu'il était confiant, mais que sa jeunesse le rendait parfois maladroit dans ses déclarations. Mais on m'a redit la même chose. Plusieurs fois.

Quelqu'un me l'a finalement déclaré clairement : « Il a dit que vous ne gagneriez pas le 200 mètres, qu'il gagnerait lui. » J'ai souri intérieurement.

« Pourquoi les gens se plaisent-ils à faire des choses pareilles ? me suis-je interrogé. Pourquoi me sous-estiment-ils, pourquoi font-ils comme si j'étais un athlète anonyme, un moins-que-rien ? Je respecte tout le monde, mais suis-je le seul ici ? D'abord Gatlin, et maintenant lui ? C'est de pire en pire… » J'ai décidé de marquer le coup. J'ai interpellé Blake.

Un bénévole se tenait derrière moi avec un micro branché sur haut-parleurs. Il y en a toujours un qui traîne ; les organisateurs les utilisent pour faciliter la tâche aux grappes de médias qui s'adressent aux athlètes. Sautant sur l'occasion, je me suis emparé du micro. « Eh, Yohan Blake ! » ai-je lancé, ma voix retentissant dans la zone mixte. Il s'est retourné et je l'ai regardé dans les yeux en souriant. « Yohan Blake, ai-je répété. Tu ne me battras "pas" sur 200 mètres. »

Il a esquissé un sourire gêné. Il avait perçu mon agacement malgré mon visage avenant. Parce qu'il était un coéquipier et un type sympa, j'ai fait en sorte que l'avertissement reste amical. J'aurais détesté faire des histoires avec des compatriotes, surtout avec lui, mais j'étais déterminé.

« Quoi que tu en penses, Blake, je vais te battre. »

15
Je suis une légende

J'ai appris à déchiffrer les émotions de mes adversaires. C'est une qualité importante, comme celle dont doit faire preuve un joueur de poker lorsqu'il observe ses rivaux pour deviner s'ils ont une bonne main ou s'ils bluffent. En une fraction de seconde, je peux repérer une lueur d'effroi, une contrariété, un trouble. Ça se voit généralement dans les yeux. Mais je sais aussi si je dois ou non craindre un athlète à la façon dont il se comporte dans la chambre d'appel, ou à celle dont il se présente sur la ligne de départ.

Quand je suis arrivé sur la piste pour la finale du 100 mètres, j'ai lancé un regard rapide aux autres gars dans leur couloir. Les flashs ont crépité, un bourdonnement d'excitation s'est emparé du stade alors que tout le monde attendait que retentisse le coup de pistolet du starter. L'énergie semblait jaillir du sol comme un bouquet d'étincelles. Je sentais mes muscles se contracter.

J'ai regardé à gauche, puis à droite. Chacun se plaçait en position de départ – Gatlin et Tyson, Asafa et Blake –, et je percevais qui était sous pression et qui ne l'était pas. Tyson et Gatlin étaient sereins, mais je savais aussi que la nervosité n'était pas dans le tempérament de Gatlin. Quant à Tyson qui s'était montré en grande

forme dans les semaines précédant Londres, il était sûrement en confiance.

Les Jamaïcains, eux, manquaient d'assurance. Asafa paraissait un peu nerveux, comme à son habitude. Mais Blake semblait également tendu, et j'en étais très surpris. La confiance qu'il affichait lors des interviews s'était évanouie. J'avais noté son changement d'humeur plus tôt dans la soirée, alors que nous nous échauffions ensemble. Il ne faisait presque rien, se relaxant beaucoup trop. Il ne se préparait pas aussi minutieusement qu'il aurait dû, et je savais que si un coureur n'était pas toujours en mouvement avant une grande finale, la nervosité risquait de s'installer, et ses jambes pouvaient commencer à trembler. Surestimer un enjeu et l'issue d'une finale importante est un mauvais choix pour tout athlète. Un choix autodestructeur.

Je ne voulais pas que Blake soit perturbé. Malgré notre rivalité, nous étions amis et coéquipiers. Coureurs. Par ailleurs, je voulais le battre au meilleur de sa forme. J'ai donc essayé de le motiver.

« Eh, tu devrais faire encore quelques accélérations ! » lui ai-je crié alors qu'Eddie étirait mes muscles.

Il s'est assis sur la piste et a hoché la tête.

« Ça va », m'a-t-il répondu.

Je n'étais pas convaincu.

« T'es sûr ?

— Ouais ! »

« Bon, me suis-je dit. C'est toi qui vois. Si ça va, tant mieux… »

Je voyais bien qu'il ne voulait pas m'écouter. Il devait se dire : « De quoi diable ce gars se mêle-t-il ? » Peut-être me prêtait-il des arrière-pensées. C'est mal me connaître. J'étais sincère et bienveillant. Tout comme j'avais donné un coup de pouce à Asafa avant la finale de Pékin, j'essayais maintenant d'aider Blake.

Je savais pourquoi il était tendu : une arène olympique, c'est écrasant. Bien sûr, sa victoire aux championnats du monde ne devait rien au hasard, mais les JO de Londres se situaient un cran au-dessus et l'importance d'une compétition joue souvent sur le mental d'un athlète. Je ne le dirai jamais assez : « C'est facile de se mesurer à soi-même, mais quand on s'aligne avec les meilleurs sprinteurs du monde, ça se complique. Tout le gratin est sur la ligne de départ aux JO et le moindre faux pas peut coûter une médaille. Si tu n'es pas dans le coup, tu repars les mains vides. »

Je voyais bien que Blake réalisait tout cela, mais, s'il refusait mon aide, je n'y pouvais rien. Je l'ai laissé se débrouiller.

Quelles que soient les dispositions psychologiques des uns et des autres, j'étais heureux que le niveau soit élevé. Ça éviterait une déconvenue comme en 2008, quand les fans avaient expliqué ma médaille par l'absence de Tyson. Cette fois, il n'y aurait ni « mais » ni « peut-être ». Au contraire. Car dans les autres couloirs se trouvaient les stars du sprint mondial. J'affrontais les meilleurs, ce qui me permettrait de lever tout doute sur mes capacités et de prouver qui j'étais : le numéro un de l'athlétisme mondial.

Mais tout à coup, j'ai moi-même été légèrement déstabilisé. Pour rien. À cause de quatre mots que je croyais avoir oubliés et qui se sont mis à tourner dans ma tête ; une dangereuse réminiscence du passé.

« Pas de faux départ… Pas de faux départ. »

C'était fou. Le stress m'envahissait à nouveau. Le souvenir de Daegu resurgissait au pire moment.

« Bon Dieu, pourquoi tu penses à ça maintenant ? Allez mon pote, reprends-toi ! »

En me reconcentrant, je me suis souvenu des paroles de mon coach.

« Ouais, c'est ça, Bolt, détends-toi. »

Puis j'ai entendu une autre voix, mais cette fois elle résonnait dans le stade olympique.

« À vos marques… »

Le public s'est mis à murmurer. Un « chhuuuttt ! » a parcouru les tribunes soufflant sur la piste comme un vent froid. Je me suis mis à genoux, je me suis signé et j'ai adressé une prière au ciel.

« S'il te plaît, donne-moi la force d'y aller et de faire ce que j'ai à faire… »

Ordre suivant. « Prêts… »

Pas de faux départ…

« Bang ! »

Je suis parti après l'écho du coup de pistolet et, comme mon corps se redressait, j'ai rapidement fait l'état des lieux. Il n'y avait pas eu de très bons temps de réaction. « Bon, t'es dans le coup. Faut y aller… »

Je sais toujours instantanément si j'ai réussi un bon départ. Quand il est bon, la poussée est régulière, les muscles sont forts, et la puissance envahit mes jambes. C'est comme si j'explosais en sortant des starting-blocks. Mais le départ parfait dans une course très disputée se produit rarement, peut-être une fois tous les deux ans. Quand mon départ est mauvais, je me sens systématiquement très mal, affaibli. Je n'ai plus du tout d'énergie. Cette fois, quand je me suis élancé, je savais que j'avais pris un mauvais départ, mais en regardant les autres, je me suis aussi aperçu que Gatlin avait pris un des meilleurs départs que j'ai vu dans ma carrière. Il était puissant, brillant, et je ne comprenais pas du tout comment il avait pu démarrer si vite. Je l'ai vu faire deux foulées avant d'en avoir fait une moi-même et, alors qu'il martelait la piste, j'ai pensé que j'avais la situation en main.

Quoi ?

La logorrhée caractéristique de mes courses avait commencé : je me suis invectivé.

« Bolt ! Qu'est-ce que c'était que ce départ ? C'était nul. Qu'est-ce qui te prend ? »

Tous mes adversaires survolaient la piste devant moi, mais je savais que je devais me concentrer sur mes propres foulées plutôt que sur celles des autres. Malgré mon départ stupide, l'or restait accessible.

« Relax… Relax… Calme-toi… »

Je me suis de nouveau concentré sur ma technique ; ma mise en action était bonne, et, une seconde plus tard, j'ai jeté un coup œil à mes adversaires. La course s'était équilibrée. Nous étions sur une même ligne. Tout le monde à égalité.

D'accord, on est tous ensemble, personne ne se détache. C'est fini maintenant…

Mes longues foulées m'ont propulsé devant les autres, comme une voiture de sport ayant atteint la vitesse maximale. J'ai franchi les soixante puis les soixante-cinq mètres. Je courais à pleine vitesse tandis que tous les autres peinaient. La finale des JO de 2012 se révélait être une compétition bêtement mathématique, comme beaucoup d'autres : les meilleurs au monde et leurs quarante-cinq foulées aux prises avec mes quarante et une.

Avant la course, je ne souhaitais qu'être le meilleur athlète au monde. L'idée de réaliser un chrono de folie ne m'était même pas venue à l'esprit. Quand j'ai su que j'avais la médaille d'or, je me souviens avoir pensé : « Ouais ! C'est gagné ! » C'était la pire chose qui puisse arriver, car cette idée m'a incité à me « débrancher ». J'ai relâché mon effort. J'ai ralenti. Puis un signal a retenti dans ma tête comme une alerte à incendie.

« Merde ! Le record du monde ! Bolt, le record du monde ! »

Bon Dieu ! J'avais levé le pied trop tôt et, alors que le terrible sentiment d'avoir manqué une occasion d'améliorer le temps de référence m'envahissait, j'ai commencé à « piocher » en direction de l'arrivée. J'ai cassé sur la ligne espérant avoir gratté quelques centièmes de seconde, mais j'avais coupé trop tôt et perdu mon rythme. Quel idiot ! J'ai tout de suite su que j'avais raté mon coup.

J'ai regardé le chronomètre.

« Usain Bolt : premier. »

« 9 secondes 63, record olympique du 100 mètres. »

Je n'avais pas battu mon propre record du monde à cause d'une baisse de concentration.

Le déroulement d'une course est étrange. Le sprinteur doit courir à fond sur 100 mètres s'il vise une victoire écrasante. Il ne peut se permettre de ralentir au milieu puis essayer d'allonger la foulée ou accélérer à la fin. Si il ou elle fait ça, il ou elle perd du temps, car son élan se brise. J'avais commis cette erreur et cherché la ligne trop tôt. Si je n'avais pas coupé mon effort à environ vingt mètres de l'arrivée, j'aurais pu réaliser un chrono dingue comme 9 secondes 52. Mais j'avais mal calculé et je m'étais planté. Comme j'entamais mon tour d'honneur, le cirque habituel s'est mis en place : photos, accolades, poses pour les fans… Mais mon coach était furieux. Alors que je quittais la piste, je l'ai entendu m'appeler. Après les mondiaux de 2009, j'avais appris à ne plus solliciter son opinion après mes victoires, mais il était clair qu'il allait me la donner cette fois, que ça me plaise ou non.

« Dilettante ! » a-t-il lancé en s'avançant vers moi.

« Dilettante ! fulminait-il en secouant la tête.

— Hein ?

— Bolt, tu es un dilettante ! martelait-il comme si j'étais sourd.

— Quoi ?! Mais pourquoi ? J'ai gagné !

— Oui, tu as gagné, mais tu t'es privé du record du monde pour une demi-foulée. Tu as cassé trop tôt et tu as perdu ton élan. C'est inadmissible à ton niveau. Voilà pourquoi je dis que c'était un cassé d'amateur. »

J'ai hoché la tête.

« OK, Coach, et quel chrono j'aurais pu faire selon toi ?

— Le potentiel est une notion abstraite… C'est un jeu de devinettes. Je dirais que tu es actuellement capable de courir plus vite que tu ne l'as jamais fait. Quant aux limites, ce n'est pas à moi de les fixer. Je ne me projette pas au-delà du ici et maintenant…

— Coach ? Quel chrono ?

— Tu devrais courir en 9 secondes 52 maintenant. Tu aurais pu le faire aujourd'hui si tu avais moins fait le con sur la ligne de départ. Si tu avais été sérieux, tu pouvais même faire 9 secondes 49. »

Depuis les résultats étonnants de mes débuts sur 100 mètres et mes records du monde de 2008 et 2009, le coach ne s'était jamais trompé sur mes chronos. Il avait estimé précisément les performances réalisables en fonction de ma forme et de ma condition physique, mais cette dernière prédiction me coupait le souffle.

*

Puisque le 200 mètres était ma spécialité, j'allais tout donner pour défendre mon titre olympique. Et plus particulièrement contre Blake.

J'ai amorcé le virage comme un avion. Au bout de quatre-vingts mètres, j'ai atteint ma vitesse maximale et je menais. Mon cœur battait violemment. Je sentais l'énergie monter en moi, un

magnifique sentiment de liberté émanant de cette course sans à-coups. C'était incroyablement amusant. J'ai guetté les autres en abordant la ligne droite, mais je les avais tous dépassés. J'étais en danger, cependant. Du coin de l'œil, je voyais que Blake était passé à l'offensive, aussi me suis-je mis à tracer. Encore plus vite.

Mon avance augmentait, mais je savais qu'il me fallait rester concentré. Je ne pouvais me relâcher. Souvent, sur 200 mètres, quand un coureur arrive aux cent quatre-vingts mètres, sa vitesse décroît naturellement. Il est impossible de conserver sa vitesse maximale sur la distance complète, et la ligne droite est un moment crucial pour un sprinteur, car un adversaire peut surgir et vous coiffer sur le poteau.

Pas cette fois. Blake n'en avait pas assez sous la semelle pour me rattraper. À soixante-dix mètres de l'arrivée, je savais que j'avais gagné une nouvelle médaille d'or ; il me fallait seulement garder un rythme régulier. Au seuil des dix derniers mètres, j'ai ralenti et je me suis mis à trottiner pour bien marquer le coup. La course était gagnée. Je me suis alors tourné vers Blake qui se trouvait juste derrière moi. J'ai accroché son regard et j'ai lentement porté mon index à mes lèvres.

« Chhuuuttt ! »

Mon message était passé. Il signifiait : « Eh, ne me manque plus jamais de respect ! » L'expression de son visage indiquait qu'il avait compris.

Je me suis frappé la poitrine et, prenant le public à témoin, j'ai hurlé : « J'ai gagné ! » Je me suis mis au sol et j'ai fait cinq pompes : une pour chaque médaille d'or olympique remportée jusque-là. J'avais fait la démonstration que le 200 mètres était MA course et celle de personne d'autre.

J’avais prouvé que j’étais toujours le meilleur, malgré les doutes et les bruits qui avaient couru après les sélections olympiques. Après m’être relevé, alors que je trottinais sur la piste le drapeau jamaïcain sur les épaules, quelqu’un m’a attrapé par le bras. C’était Blake. J’avais dit ce que j’avais à dire, je m’étais fait entendre, et il était temps de passer l’éponge. Je lui ai donné une accolade parce que je n’avais rien contre lui. Tout était rentré dans l’ordre.

Je ne lui ai plus parlé de notre différend. Nous avons fait notre tour d’honneur ensemble et j’étais heureux pour lui – il avait gagné l’argent. Il n’y avait nul besoin de revenir sur les sélections jamaïcaines. Je n’avais pas à ajouter : « Tu as eu tort de ne pas me respecter là-bas. » D’abord, parce que je voulais qu’il reste concentré pour la finale du relais 4 × 100 mètres qui devait avoir lieu quelques jours plus tard, ensuite parce qu’on n’avait nul besoin d’une mauvaise ambiance au village pendant le reste des JO.

Mon père me l’avait appris quand j’étais petit, lorsqu’il sortait le martinet : « Comporte-toi toujours bien. » Et si une situation s’envenimait malgré tout, alors tant pis, il n’y avait plus rien à discuter. La vie continuait.

*

Enfin, je pouvais me considérer comme une légende du sport.

Je sais que ça semble prétentieux, mais c’était vrai. En m’adjugeant l’or sur 100 et 200 mètres aux Jeux olympiques pour la deuxième fois, j’avais prouvé que j’étais La référence. Gagner trois médailles d’or à Pékin ne suffisait pas à faire de moi un des meilleurs sportifs de l’histoire, mais y être parvenu deux fois était un haut fait dont on peut se prévaloir.

C’était énorme. Ça me différenciait de beaucoup d’athlètes, et personne ne pouvait plus nier mon statut, pas après Londres. J’avais

tant accompli avec l'athlétisme. J'avais prouvé au monde que j'étais le meilleur dans ma discipline et j'étais l'attraction, où que je coure. Ça m'a permis d'œuvrer en faveur de mon sport. Ces dernières années, quand je m'engageais dans une compétition, elle avait toujours lieu à guichets fermés. Je remplissais les stades à moi seul, et tous les yeux étaient rivés sur moi lorsque j'arrivais sur la ligne de départ. Lorsque je participais à une compétition en Europe, où qu'elle soit, les enceintes étaient pleines. Sans ma présence, bien des sièges auraient été vides.

Ça a été la même chose à Londres. Les billets pour les finales du 100 et du 200 mètres se sont vendus en un temps record. Ceux qui n'avaient pas de place pestaient de ne pouvoir me voir en chair et en os. En 2008, trois milliards de personnes m'ont vu à la télé battre le record du monde du 100 mètres. Des milliards ont regardé les Jeux dans le monde entier en 2012. Ça a rapporté énormément d'argent à notre sport en sponsoring et contrats. J'avais placé la barre très haut.

Après mon tour d'honneur, lors de ma conférence de presse, je l'ai signifié à tout le monde. « Je suis une légende vivante, ai-je déclaré. Je me prélasse dans ma gloire. » Tout le monde a ri, mais personne ne m'a contredit. Qui aurait pu ? Je n'affirmais que la vérité.

*

Personne ne s'y est risqué, sauf mon coach.

S'il avait été irrité par ma performance sur 100 mètres, il a été encore plus prompt à souligner à quel prix j'avais gagné le 200 mètres. En franchissant la ligne comme je l'avais fait pour rabattre le caquet de Blake, j'avais encore manqué une occasion de battre le record du monde. J'avais ralenti au moment où j'aurais dû

plonger sur la ligne. Le coach m'a dit plus tard que je courais alors assez vite pour améliorer facilement mon propre record de 19 secondes 19.

« Dilettante ! a-t-il répété. Dilettante ! »

Cette fois-ci, je m'en moquais. J'avais dit ce que j'avais à dire. Le monde était subjugué par ce que j'avais réussi, comme à Pékin, et il en voulait encore. J'étais l'objet d'une attention très positive, mais, comme toujours en athlétisme, il y avait un revers à cela : le sujet du dopage a refait surface.

Comme en 2008, les médias s'interrogeaient après ma victoire sur 100 mètres, mais je comprenais pourquoi mes performances dérangeaient. Elles étaient assez incroyables après tout, et je m'étais habitué à ce qu'elles suscitent le doute. Mais je savais que les accusations ne tenaient pas, alors, comme à Pékin, j'ai répondu sans problème aux questions liées au dopage. C'est alors qu'un journaliste m'a demandé si je connaissais Carl Lewis.

J'ai haussé les épaules. J'ai expliqué que je savais que c'était un ancien athlète américain, sans plus. Ça peut sans doute surprendre, mais je ne suis pas très calé en histoire de l'athlétisme, en tout cas pas celle des années 1980, à l'époque où Lewis courait. Le journaliste m'a appris que Lewis avait émis des doutes sur mes performances. Il usait du vieil argument selon lequel les athlètes jamaïcains ne sont pas contrôlés aussi sérieusement que les autres. Je n'ai tout d'abord pas compris l'impact que pouvaient avoir les propos d'un homme comme Carl Lewis. J'ignorais qui il était vraiment et je ne connaissais rien de sa carrière. C'étaient Michael Johnson et Maurice Greene qui avaient suscité mon intérêt pour l'athlétisme, pas lui. Je n'y ai plus pensé jusqu'à ce que – alors que je me reposais au village olympique le lendemain – quelqu'un me suggère de googliser Lewis.

Quand j'ai ouvert mon ordinateur portable, lu son histoire et compris qu'il avait gagné neuf titres olympiques dans les années 1980-1990, dont certains dans mes spécialités, j'étais outré qu'il me dénigre à ce point. Et le fait que les journalistes relaient ses propos m'a excédé. Ils savaient bien que ce que disait Lewis était faux. Dans mon esprit, l'AMA, la JADCO et l'IAAF œuvraient dans le bon sens.

Pour preuve, cette saison-là, la commission antidopage jamaïcaine avait procédé à des contrôles jusqu'à cinq fois par jour pendant quarante semaines. Tous les athlètes jamaïcains étaient également soumis à des contrôles inopinés. Mon pays a signé la Déclaration de Copenhague de lutte contre le dopage dans le sport en 2003, et nous suivons les règles établies par l'AMA. La JAAA respecte les mêmes lois que toutes les autres.

Tout le monde est contrôlé, et, quand quelqu'un triche, il se fait prendre. Pour moi, les instances responsables font leur travail, et les quelques athlètes qui déraillent paient le prix et sont suspendus. Nous autres, qui respections les règles et travaillions dur, essuyions maintenant les insinuations d'anciens athlètes qui n'avaient pas l'ombre d'une preuve.

« Arrière, Carl Lewis ! ai-je pensé. Ferme-la. »

À la conférence de presse qui suivait le 200 mètres, je me suis lâché.

« Je vais faire une déclaration polémique, ai-je prévenu. Je n'ai aucun respect pour Carl Lewis. Ce qu'il dit des autres athlètes est vraiment dévalorisant. Je pense qu'il essaie d'attirer l'attention parce que plus personne ne parle plus de lui… Ses propos de l'autre jour m'ont beaucoup attristé. »

Ça s'est plutôt bien passé. Au village, les fans ont bien réagi, et, cette fois, j'y ai pris plaisir. En 2008, j'avais été dépassé par le

débordement d'admiration consécutif à mes victoires, mais, quatre ans plus tard, j'étais habitué à voir les gens accourir, brandissant appareils photo et morceaux de papier pour obtenir des autographes.

J'avais aussi compris que les Jeux olympiques sont un événement à part. Aux championnats du monde, personne ne demande jamais de photos ni d'autographes au village parce qu'on est entre athlètes. Tout le monde se connaît. Mais les Jeux olympiques mettent en avant des tas d'autres sports, comme le judo ou l'escrime, dont les protagonistes déclenchent rarement le même engouement qu'un coureur de 100 mètres.

Quand ces gens-là me voient, ils deviennent dingues. Je me souviens qu'après ma victoire sur 100 mètres, nous traînions à plusieurs dans le réfectoire, lorsque trois filles de l'équipe suédoise de handball se sont approchées pour discuter. Comme je ne connaissais pas leur sport, je n'en ai reconnu aucune, mais elles se sont ensuite présentées comme Gabrielle Kain, Isabelle Gullden et Jamina Roberts. Elles avaient l'air sympa. Peut-être un peu trop… J'ai appris plus tard qu'elles avaient perdu leurs cinq matchs et qu'elles avaient terminé bonnes dernières du premier tour.

On a traîné un moment, papoté dans ma chambre, c'est tout. Mais quelqu'un a twitté des photos que nous avions prises, et le lendemain les médias se sont enflammés. Ils en ont fait leurs gros titres. C'était l'événement. On insinuait qu'il s'était passé quelque chose entre nous alors qu'on s'était gentiment amusés. Franchement, s'il y avait eu quelque chose entre nous, pourquoi l'aurions-nous twitté ? Ça aurait été insensé de m'exposer ainsi ! On avait juste parlé, tranquilles. Elles étaient cool et devaient partir tôt le lendemain matin, c'est pourquoi elles avaient veillé pour discuter avec moi. C'était une soirée agréable, en tout cas. Vraiment, tout n'a

été que plaisir – les courses, le public, l'effervescence des Jeux de 2012. Quoi de plus agréable que d'asseoir sa réputation de superstar du sport mondial ?

16
À fond jusqu'en Russie… et au-delà

L'adrénaline a toujours été mon moteur. J'adore ça. J'ai toujours aimé la vitesse et, même depuis mon accident de voiture en 2009, je m'en donne encore parfois à cœur joie.

On m'avait souvent dit de rouler moins vite, de ne pas conduire comme je le fais. Mais de temps en temps, ça me démangeait. « Eh, Usain, appuie sur le champignon ! » murmurait une voix intérieure. Et j'étais grisé quand l'aiguille du compteur s'envolait.

C'était la même chose sur la piste. Aller vite m'a toujours enthousiasmé. Avec le titre du 4 × 100 mètres que Nesta Carter, Michael Frater, Blake et moi avons gagné pour la Jamaïque en 2012, quelques jours après la finale du 200 mètres à Londres, j'avais récolté une nouvelle moisson d'or, assortie d'un nouveau record du monde. Nous avons pulvérisé notre chrono des championnats du monde de 2011 en 36 secondes 84, et ma nuit avec les handballeuses suédoises est passée aux oubliettes. Après toutes les fausses rumeurs de nuits de folie et de fêtes interminables au village olympique, je pouvais enfin profiter de mon tour d'honneur dans la peau d'une des superstars des Jeux.

C’est toujours bon de terminer un championnat sur une note valorisante. Quand on court le 100 et le 200 mètres, on est seul ; or j’ai l’esprit d’équipe – c’est sûrement pour ça que j’adorais le cricket, enfant. J’adore me retrouver avec les autres coureurs de relais dans les compétitions. Rien n’est plus sympa que de traîner et délirer tous ensemble. Nos rivalités s’effacent, et on oublie qu’on appartient à des clubs concurrents, qu’il s’agisse des Racers ou du MVP. On s’efforce de courir vite et d’écraser nos adversaires.

On chambre les autres équipes pendant l’échauffement. On plaisante souvent avec les sprinteurs de Trinité-et-Tobago. Par exemple, je regarde mon voisin de couloir et je lui lance : « Eh ! tu ne penses quand même pas me battre ? »

Notre excellent chrono de Londres est le fruit de notre détermination. Au début des Jeux olympiques, un des entraîneurs nationaux nous avait dit : « Vous devriez vraiment travailler les passages de témoin cette année. » Nous nous y sommes appliqués à l’entraînement, multipliant les changements de mains, et le résultat a été éloquent.

Après mon travail acharné de 2012, je voulais rapporter un souvenir de ma dernière soirée à Londres. Quelque chose d’assorti à toutes mes médailles d’or. En quittant la piste le soir de la finale du relais, je lançai à un officiel en agitant le témoin : « Eh, j’aimerais l’emporter, ça marche ? »

Le type m’a regardé comme si j’étais cinglé. Il s’est précipité sur moi. « Impossible, on en a besoin, a-t-il répondu.

— Pourquoi ? Les Jeux sont terminés !

— C’est le règlement ! » a-t-il coupé.

Je n’y comprenais rien.

« Quoi ? Mais qu’est-ce que c’est que ce règlement ? Je ne peux pas le garder ? Écoutez-moi bien, les Jeux sont finis jusqu’à Rio

en 2016. Il n'y a plus de courses. Je veux garder ce témoin pour le montrer à mes amis. Je veux quelque chose d'original pour me souvenir de mes victoires à Londres. »

Le type est devenu fou. Il a commencé à me menacer : « Vous serez disqualifié si vous ne me rendez pas ce témoin ! » J'ai éclaté de rire. « OK, on ne va pas en arriver là… »

J'ai cessé de discuter. Mais alors que je m'apprêtais à restituer mon trophée, la radio accrochée à la ceinture de l'officiel s'est mise à grésiller. Une voix éructait dans le haut-parleur. Celle de quelqu'un d'important, semblait-il.

« Qu'est-ce qui vous prend ? Donnez-le-lui ! »

Tout à coup, mon officiel a pris un air penaud. Il m'a fait signe que je pouvais garder le témoin. Bon sang, les règlements sont si étranges parfois.

Je ne sais pas pourquoi je voulais tellement conserver ce fichu bâton. Les médailles n'ont d'ordinaire pas grande signification pour moi. Ces récompenses ne sont que des objets, alors que les victoires et les records sont inscrits dans les livres d'histoire pour toujours. Rien ne peut les effacer. Personne ne se dira jamais : « Londres 2012 ? J'me souviens pas de ce qui s'est passé… »

Je suis assez indifférent aux récompenses. Honnêtement, je ne sais même pas où se trouvent mes médailles d'or. Aux dernières nouvelles, elles étaient en sécurité dans un coffre quelque part, pour mon bien. Une fois, à New York, j'ai momentanément égaré mes trois médailles d'or de Pékin dans ma chambre d'hôtel après les avoir mises dans un sac. J'avais fourré le sac dans un placard, et, après un jour ou deux enfouies dans ma valise, elles se sont empêtrées dans un monceau de chaussures et de linge. Au moment de régler la note, impossible de remettre la main dessus. Ça avait déclenché un vent de panique jusqu'à ce que les disques en or

tombent au sol dans un bruit mat après que j'ai tout retourné dans ma valise. Du coup, dès que je reçois un nouveau trophée, je le confie à Ricky ou à NJ pour ne pas avoir à m'en soucier. Tout ce qui m'importe, c'est le souvenir de mes victoires phénoménales en athlétisme, et je ne suis pas près de les oublier.

*

L'inconvénient d'avoir habitué les gens à gagner si largement, c'est qu'ils sont extrêmement déçus que je n'améliore pas systématiquement les temps de référence. Ils voudraient que je pulvérise des records du monde à chaque compétition. Début 2013, j'ai couru un 150 mètres exhibition sur une piste spécialement installée sur la plage de Copacabana à Rio. L'enthousiasme était à son comble. Le public était venu en masse de toute la ville, mais comme je n'ai pas battu mon record de 14 secondes 35 – établi à Manchester en 2009 –, les gens ont eu l'air déçu.

J'avais été habitué à cette réaction en Jamaïque, où les fans s'attendent à ce que je domine chaque course. Je suscitais maintenant la même attente dans le monde entier. À Rio, j'avais déjà compris que je n'y pouvais rien. Je savais que me mettre une pression autre que ma seule envie de gagner ne m'apporterait qu'un stress inutile. Je tentais donc de rester décontracté. Les gens voulaient que je coure vite, car j'évoluais à un très haut niveau, mais je ne devais pas les laisser m'imposer une pression supplémentaire. Je me suis dès lors efforcé de demeurer concentré à chaque compétition, car j'avais conscience de ce que je pouvais accomplir lorsque je m'y appliquais.

J'avais découvert en 2013 que j'avais plus de difficultés qu'avant à me motiver pour obtenir la victoire, certainement parce que j'avais déjà tellement bien réussi. J'avais surmonté de nombreux

obstacles, et, comme pour ma saison 2010, l'envie de pousser encore plus loin me manquait, surtout après le triomphe londonien. Or 2013 était une année importante : celles des championnats du monde de Moscou. Je devais passer à la vitesse supérieure, mais j'avais du mal à m'y mettre. L'entraînement me paraissait terriblement exigeant, et, quand Justin Gatlin m'a battu sur 100 mètres à Rome, tout le monde s'est affolé. Les fans craignaient que je ne sois pas en forme en Russie.

J'étais relax, pourtant. Fin juillet, j'ai gagné le 100 mètres de l'anniversaire des Jeux de 2012 au stade olympique de Londres. Les organisateurs m'ont fait parader sur la piste installé dans une étrange machine à roues. C'était un croisement entre une fusée spatiale et un avion de chasse, et, comme elle faisait le tour de la piste, je saluais la foule en m'imprégnant de l'ambiance. Je savais que je trouverais l'énergie de battre tout le monde à Moscou.

Lorsque les mondiaux sont arrivés, quelques semaines plus tard, trois stars en étaient absentes. Yohan Blake était blessé, mais notre sport était aussi en proie au scandale. Asafa – qui n'était pas sélectionné de toute façon – comme Tyson avaient subi un contrôle antidopage positif et ne s'aligneraient pas [1].

Sur le papier, la médaille d'or me semblait facilement accessible, même si je ne la prenais pas pour acquise. Mais je n'avais pas oublié mon calvaire de 2011. Bien sûr, j'avais franchi les séries sans encombre. Mais le soir de la finale, le ciel zébré d'éclairs s'est mis à déverser des trombes d'eau. Bon sang qu'on était mouillé ! C'étaient les conditions les plus difficiles qu'un athlète puisse imaginer ; les gouttes de pluie rebondissaient sur la piste, au point que Gatlin avait prétendu plus tard qu'il pensait que la course serait reportée. C'était rigolo tout de même. Quand on s'était échauffés sur la ligne

de départ et que le speaker avait égrainé nos noms, j'avais feint d'ouvrir un parapluie dans ce déluge.

Ici pas de « soleil liquide »… C'est alors que je m'étais souvenu des paroles de mon coach quelques jours plus tôt.

« Gatlin partira plus vite que toi », avait-il prédit alors qu'on récupérait après la séance d'entraînement. « Mais souviens-toi, tes premières foulées sont toujours hésitantes parce que ton centre de gravité est beaucoup plus haut que celui d'une personne normale. Passer de la position accroupie à celle de course est un gros désavantage pour un athlète de ta taille, mais ta technique et tes capacités sont bien supérieures à celles de n'importe qui. Tu gagneras. »

« Pan ! » Le coup de pistolet a retenti. Je suis sorti des blocks, mais ma poussée a été lente, très lente. Au moins, j'avais évité le faux départ. J'ai regardé les autres. Le coach avait vu juste. Gatlin était mieux parti que moi, mais il ne s'était pas détaché. Tout mon corps était las.

« Flûte, j'ai mal. J'ai les jambes molles. Plus de puissance. »

J'avais disputé les demi-finales seulement deux heures plus tôt et je n'avais plus aucun jus. Mais malgré mon mauvais temps de réaction, je suis remonté pour passer Gatlin avant de me ménager une avance confortable.

« OK, oublie la souffrance. Contente-toi d'aller jusqu'à la ligne. »

Chaque foulée me coûtait terriblement.

Bon sang, que c'est dur. On n'a jamais un temps comme ça en Jamaïque…

Mes pointes labouraient la piste, tandis que je courais sous la pluie et dans le vent. J'ai gagné sans grande surprise, j'étais champion du monde une fois de plus. Comme je fêtais ça avec les fans jamaïcains dans les gradins, un énorme éclair a illuminé le ciel,

pourpre et doré. C'était comme un signe d'en haut. Mon chrono de 9 secondes 77 était la meilleure performance de la saison dans des conditions épouvantables, et j'étais heureux. Cela n'a pas empêché qu'on me reproche de ne pas avoir battu le record du monde. Un peu de sérieux ! Mes jambes étaient déjà raides après les demi-finales, et un chrono de 9 secondes 57 ou mieux n'était pas envisageable. Pas avec un temps pareil. De toute manière, 9 secondes 77 sous une pluie battante m'avaient suffi pour remporter à nouveau un titre majeur : une performance qui, dix ans plus tôt, aurait constitué le chrono le plus rapide de la planète.

C'est drôle comme les gens oublient ce genre de détails, mais, comme dirait mon coach, je ne peux m'en prendre qu'à moi-même, je n'ai qu'à courir moins vite…

*

Le plus angoissant pour moi après Moscou 2013 était l'avenir. Qu'allais-je faire ? Pouvais-je encore progresser ? Étais-je capable de continuer à gagner ? Je savais que j'avais encore une très bonne saison dans les jambes, peut-être même deux, mais avais-je l'énergie de pousser jusqu'aux Jeux olympiques de Rio ? C'est la question qui me taraudait parce que c'est un énorme défi, certainement le plus important. Deux ou trois années équivalent à une éternité en athlétisme, parce que tout peut arriver. C'est à la fois terrifiant et stimulant. J'adore la compétition ; elle me nourrit. La seule pensée d'essayer d'aller au Brésil m'excite. Je vais me donner à fond pour y parvenir. J'ai parlé avec mon coach de nos chances. Nous en avons discuté objectivement en prenant en compte les autres athlètes. J'aurai trente ans aux Jeux de Rio. Par le passé, d'anciens sprinteurs ont couru dans des chronos comme 9 secondes 80, 9 secondes 90, à cet âge. Si j'entretiens mon corps et que je suis capable de me faire

un peu mal, je suis certain de pouvoir faire 9 secondes 60 en 2016. L'important pour moi est de me présenter là-bas en étant performant. Au moins, je pourrai dire : « J'ai essayé, j'ai gagné l'argent, le bronze. Qu'importe, j'ai tenté ma chance. » Imaginons que je gagne à Rio, l'échelle des valeurs en serait chamboulée.

Je suis conscient qu'y parvenir sera très difficile. Quand je vois les jeunes loups autour de moi, je sais que les épreuves de sélection seront impitoyables, pires qu'en 2012. La Jamaïque a de jeunes sprinteurs très rapides actuellement, mais je veux vraiment que ces gars soient aussi forts que possible. Je veux affronter les meilleurs, comme je l'ai toujours fait. Ainsi, si je suis battu, je pourrai au moins dire que j'ai été dominé par les hommes à battre. Si quelqu'un me dépossède de mon titre, ce sera un athlète hors pair.

Pour l'instant, je veux courir le plus vite possible et rester le meilleur au monde. Quand j'en aurai fini avec l'athlétisme, je changerai de sport. Si je ne peux plus courir au plus haut niveau d'ici à 2016, je veux m'essayer à autre chose – le football très probablement, parce que je sais y jouer et qu'en m'entraînant assidûment je peux devenir encore meilleur. Je pourrais même devenir assez fort pour signer un contrat professionnel. Je sais que ça paraît prétentieux, mais je considère que les directeurs sportifs doivent faire preuve d'audace de temps en temps, et il me semble que je pourrais apporter un plus à une équipe anglaise.

J'ai observé certains ailiers de Premier League (première division anglaise) qui ne m'ont pas impressionné. Ils m'ont fait râler parce qu'ils étaient incapables de centrer avec précision. Je sais recevoir une passe, prendre d'autres joueurs de vitesse et créer une occasion de but. Je ne prétends pas être le prochain Cristiano Ronaldo, mais je suis rapide et adroit. Imaginez ce que je pourrais faire avec un entraînement adéquat.

L'idée de devenir entraîneur d'athlétisme ne m'inspire pas. Je ne pourrais pas coacher un athlète, surtout s'il me ressemble. Ça serait vraiment l'enfer. Bien sûr, travailler avec un jeune comme Blake, quelqu'un de sérieux et de discipliné, me plairait ; mais je préfère de beaucoup être une source d'inspiration pour les jeunes générations. C'est donc pour cela que je veux courir plus vite ces deux ou trois prochaines années et repousser mes limites. Et si je ne fais pas de meilleurs chronos sur 100 mètres, j'aimerais courir le 200 mètres en 18 secondes et quelques, même si ce n'est que 18 secondes 99. Réaliser cette performance me tient presque plus à cœur que de me qualifier pour les prochains JO et y gagner des médailles. J'aimerais vraiment descendre sous les 19 secondes, tout en sachant que des gens, chez eux, assisteraient médusés à cet événement.

Pour réaliser ce chrono historique, il me faudrait accomplir une saison parfaite comme celle que j'ai connue en 2008. L'année prochaine pourrait être la bonne, même si ma fenêtre de tir se rétrécit à mesure que je vieillis. Il m'est de plus en plus difficile d'atteindre mon pic de forme au bon moment pour une course majeure. Mais si je prends en compte ce que j'ai pu réaliser dans le passé, c'est encore envisageable. Franchement, qui serait surpris si j'y parvenais ? Qui m'empêchera d'aller plus vite ? Je suis la seule personne qui puisse décider de mettre un point final à ma carrière de star de l'athlétisme. Et je suis un phénomène, un compétiteur acharné – une légende aux yeux de ma génération.

Croyez-moi, je n'ai pas dit mon dernier mot.

Annexe

2001

200 m

22'' 04		1,0	2-17	HS Ch	Kingston	7 avril
21'' 96		- 1,4	2 s 1-17	CarG	Bridgetown	16 avril
21'' 81	MPA (853^{e})	- 1,7	2-17	CarG	Bridgetown	16 avril

400 m

48'' 28	MPA (949^{e})		2-17	CarG	Bridgetown	14 avril

2002

200 m

21'' 25		0,1	1 s 1-17	CarG	Nassau	31 mars
21'' 12		- 0,5	1-17	CarG	Nassau	1er avril
21'' 61		- 2,0	1-17	HS Ch	Kingston	20 avril
21'' 13		- 0,7	1-19	NC	Kingston	22 juin
21'' 34		0,3	1 s 2-17	CAC	Bridgetown	6 juillet
20'' 61		- 0,4	1-17	CAC	Bridgetown	7 juillet
20'' 58	RM 15 ans	1,4	1 s 4-19	WJ	Kingston	18 juillet
	RN MPA (60^{e})					
20'' 85		- 2,5	1 d 2-19	WJ	Kingston	19 juillet
20'' 61		0,9	1-19	WJ	Kingston	19 juillet

400 m

47'' 33			1-17	CarG	Nassau	30 mars
47'' 4 m			1-17	HS Ch	Kingston	20 avril
48'' 00			1 s 2-17	CAC	Bridgetown	5 juillet
47'' 12	MPA (473e)		1-17	CAC	Bridgetown	5 juillet

2003

200 m

20'' 3 m			1		Montego Bay	18 février
21'' 33		2,2	1-19		Spanish Town	1er mars
21'' 42		4,2	1 s 1-18		Spanish Town	1er mars
20'' 81		1,3	1 s 6-18	HS Ch	Kingston	2 avril
21'' 28		0,0	1 d 2-18	HS Ch	Kingston	5 avril
20'' 25		1,9	1-18	HS Ch	Kingston	5 avril
21'' 02		5,0	1 s 2-19	CarG	Port of Spain	20 avril
20'' 43		- 1,1	1-19	CarG	Port of Spain	21 avril
21'' 1 m			1		Spanish Town	14 juin
20'' 80		- 1,8	1 s 2	NC	Kingston	21 juin
20'' 28		0,2	1	NC	Kingston	21 juin
21'' 12		- 0,4	1 s 1-17	WY	Sherbrooke	12 juillet
21'' 08		- 3,2	1 d 3-17	WY	Sherbrooke	13 juillet
20'' 40		- 1,1	1-17	WY	Sherbrooke	13 juillet
20'' 67		0,0	1 s 1-19	PanAmC	Bridgetown	20 juillet
20'' 13	RM Jun	0, 0	1-19	PanAmC	Bridgetown	20 juillet
	RM Jeunesse					
	RM 16 ans					
	RN MPA (9e)					

400 m

47'' 82		2-19		Spanish Town	1er mars
47'' 94		2 d 1-18	HS Ch	Kingston	4 avril
45'' 35	MPA (46e)	1-18	HS Ch	Kingston	5 avril
48'' 64		2 s 1-19	CarG	Port of Spain	19 avril
46'' 35		1-19	CarG	Port of Spain	19 avril
48'' 36		2 s 2-17	WY	Sherbrooke	10 juillet
NP		d1-17	WY	Sherbrooke	11 juillet

2004

200 m

21'' 28		0,1	1 s 4-19		Spanish Town	13 mars
20'' 78		1,7	1-19		Spanish Town	13 mars
19''93	RM Juniors MPA (2e)	1,4	1-19	CarG	Hamilton	11 avril
21'' 05		0,0	5 s 4	OG	Athènes	24 août

2005

200 m

20'' 51		1,4	1 c 1	Seminole	Tallahassee	9 avril
20'' 14		0,9	1		Kingston	7 mai
20'' 31		- 0,6	1	Reebok	New York	11 juin
20'' 90		- 0,7	1 s 1	NC	Kingston	24 juin
20'' 91		- 1,6	1d 1	NC	Kingston	26 juin
20'' 27		0,5	1	NC	Kingston	26 juin
21'' 00		- 0,4	1 s 4	CAC	Nassau	10 juillet
20'' 69		0,3	2 d 1	CAC	Nassau	10 juillet
20'' 03		1,8	1	CAC	Nassau	11 juillet
19'' 99	MPA (3e)	1,8	2	Norw	Londres	22 juillet
20'' 80		- 0,4	1 s 5	WC	Helsinki	9 août
20'' 87		- 3,7	2 q 3	WC	Helsinki	10 août
20'' 68		- 0,1	4 d 1	WC	Helsinki	10 août
26'' 27		- 0,5	8	WC	Helsinki	11 août

2006

200 m

20'' 08		1,5	1	Conseil	Fort-de-France	29 avril
20'' 10		1,3	1		Kingston	6 mai
20'' 28		0,5	1	GSpike	Ostrava	30 mai
20'' 25		0,4	2	MR	New York	3 juin
20'' 69		1,9	1 c 1	IslG	New York	11 juin
19'' 88	MPA (4e)	0,4	3	Athl	Lausanne	11 juillet
20'' 29		2,5	2 c 1	Vard	Rethymnon	21 juillet

20’’ 54		0,2	4	Norw	Londres	28 juillet
20’’ 51		- 0,5	2-22	WK	Zürich	18 août
20’’ 49		- 0,2	1		Zagreb	31 août
20’’ 10		- 0,1	3	WAF	Stuttgart	10 septembre
19’’ 96		0,1	2	WCp	Athènes	17 septembre

400 m

48’’ 5 m			1		Kirkvine	14 janvier
47’’ 58	MPA (775e)		3		Kingston	28 janvier

2007

100 m

10’’ 03	MPA (12e)	0,7	1 c 1	Vard	Rethymnon	18 juillet

200 m

19’’ 96		1,0	1 c 2	HG	Port of Spain	27 mai
19’’ 89		1,3	2	Reebok	New York	2 juin
19’’ 75	MPA (3e) R Amériques	0,2	1	NC	Kingston	24 juin
20’’ 50		- 2,7	1 s 1	NC	Kingston	24 juin
20’’ 11		0,0	2	Athl	Lausanne	10 juillet
20’’ 08		1,2	2	Norw	Sheffield	15 juillet
20’’ 06		- 0,1	1	Norw	Londres	3 août
20’’ 12		0,0	2 s 4	WC	Osaka	28 août
20’’ 13		- 0,3	1 q 2	WC	Osaka	28 août
20’’ 03		- 0,4	1 d 1	WC	Osaka	29 août
19’’ 91		- 0,8	2	WC	Osaka	30 août
20’’ 19		0,2	2	WK	Zürich	7 septembre
20’’ 14		0,7	3	VD	Bruxelles	14 septembre

400 m

45’’92			1 c 1	Camper-down	Kingston	10 février
45’’62			1 c B		Baie-Mahault	1er mai
45’’28	MPA (33e)		3 c 2		Kingston	5 mai

4 × 100 m

38’’ 70			1	GibsonR	Kingston	24 février

High Performance Team : Alanzo Barrett, Daniel Bailey, Xavier Brown, Usain Bolt

37’’ 89	R Amériques		2	WC	Osaka	1er septembre

Équipe nationale de Jamaïque : Marvin Anderson, Usain Bolt, Nesta Carter, Asafa Powell

38’’ 82			2	WK	Zurich	7 septembre

Équipe nationale de Jamaïque : Marvin Anderson, Dwight Thomas, Chris Williams, Usain Bolt

---

2008

100 m

10’’ 03		1,8	1 c 1	Classics	Spanish Town	8 mars
9’’ 76		1,8	1 c 2	Jam Inv	Kingston	3 mai
9’’ 92		0,6	1 c 2	HG	Port of Spain	17 mai
9’’ 72	RM	1,7	1	Reebok	New York	31 mai
10’’ 19		1,0	1 s 1	NC	Kingston	27 juin
10’’ 40		- 2,0	1 d 2	NC	Kingston	28 juin
9’’ 85		- 0,1	1	NC	Kingston	28 juin
9’’ 89		0,4	2	DNG	Stockholm	22 juillet
10’’ 20		- 0,2	1 s 1	OG	Pékin	15 août
9’’ 92		0,1	1 q 4	OG	Pékin	15 août
9’’ 85		- 0,1	1 d 1	OG	Pékin	16 août
9’’ 69	RM MPA (1er)	0,0	1	OG	Pékin	16 août
9’’ 83		- 0,5	1	WK	Zurich	29 août
9’’ 77		- 1,3	1	VD	Bruxelles	5 septembre

200 m

19’’ 83		0,3	1	GSpike	Ostrava	12 juin
20’’ 66		- 1,6	1 s 1	NC	Kingston	29 juin
19’’ 97		1,7	1	NC	Kingston	29 juin
19’’ 67	R Amériques	- 0,5	1	Tsik	Athènes	13 juillet
19’’ 76		- 0,4	1	Aviva	Londres	26 juillet
20’’ 64		- 0,1	2 s 5	OG	Pékin	18 août
20’’ 29		0,1	1 q 1	OG	Pékin	18 août
20’’ 09		0,1	1 d 2	OG	Pékin	19 août
19’’ 30	RM MPA (1er)	- 0,9	1	OG	Pékin	20 août
19’’ 63		- 0,9	1	Athl	Lausanne	2 septembre

400 m

46’’ 94	MPA (420e)		1 c 10	Jackson	Kingston	26 janvier

4 × 100 m

37’’ 10	RM		1	OG	Pékin	22 août

Équipe nationale de Jamaïque : Nesta Carter, Michael Frater, Usain Bolt, Asafa Powell

---

2009

100 m

9’’ 93		2,3	1 c 1	Classics	Spanish Town	14 mars
9’’ 91	(passage)	0,1	1	GCG	Manchester	17 mai
10’’ 00		- 0,9	1	Excellence	Toronto	11 juin
9’’ 77		2,1	1	GSpike	Ostrava	17 juin
10’’ 14		- 1,6	1 s 1	NC	Kingston	26 juin
10’’ 11		- 0,6	1 d 1	NC	Kingston	27 juin
9’’ 86		- 0,2	1	NC	Kingston	27 juin
9’’ 79		- 0,2	1	Aviva	Saint-Denis	17 juillet
10’’ 31		- 2,9	2 s 2	Aviva	Londres	24 juillet
9’’ 91		- 1,7	1	Aviva	Londres	24 juillet
10’’ 20		- 0,5	1 s 9	Aviva	Berlin	15 août
10’’ 03		0,1	2 q 5	WC	Berlin	15 août
9’’ 89		0,2	1 d 1	WC	Berlin	16 août
9’’ 58	RM MPA (1er)	0,9	1	WC	Berlin	16 août
9’’ 81		0,0	1	WK	Zurich	28 août

150 m ligne droite

14’’ 35	MPM MPA (1er)	1,1	1	GCG	Manchester	17 mai

200 m

20’’ 75		- 3,6	1 s 1	NC	Kingston	28 juin
20’’ 25		- 2,4	1	NC	Kingston	28 juin
19’’ 59		- 0,9	1	Athl	Lausanne	7 juillet
20’’ 70		- 0,2	1 s 5	WC	Berlin	18 août
20’’ 41		0,0	1 q 1	WC	Berlin	18 août
20’’ 08		0,0	1 d 1	WC	Berlin	19 août
19’’ 19	RM MPA (1er)	- 0,3	1	WC	Berlin	19 août
19’’ 57		0,0	1	VD	Bruxelles	4 septembre
19’’ 68		- 0,3	1	WAF	Salonique	13 septembre

400 m

46’’ 35			1	Camperdown	Kingston	14 février
45’’ 54	MPA (40e)		1 c 4	UWI Inv	Kingston	21 février

4 × 100 m

38’’ 10			1	GibsonR	Kingston	28 février
Racers Lions Track Club : Kenroy Anderson, Yohan Blake, Xavier Brown, Usain Bolt						
37’’ 46			1	MA	Londres	25 juillet
Racers Lions Track Club : Daniel Bailey, Yohan Blake, Mario Forsythe, Usain Bolt						
37’’ 31			1	WC	Berlin	22 août
Équipe nationale de Jamaïque : Steve Mullings, Michael Frater, Usain Bolt, Asafa Powell						
37’’ 70			1	WK	Zurich	28 août
Équipe nationale de Jamaïque : Lerone Clarke, Michael Frater, Steve Mullings, Usain Bolt						

4 × 400 m

3’ 04’’ 27			1	GibsonR	Kingston	28 février
Racers Lions Track Club : Jermaine Gonzales, Ricardo Chambers, Usain Bolt, Annsert Whyte						

2010

100 m

9’’ 86		0,1	1	Colorful	Daegu	19 mai
9’’ 82	MPA (4e)	0,5	1	Athl	Lausanne	8 juillet
9’’ 84		- 0,3	1	Aviva	Saint-Denis	16 juillet
10’’ 10		- 0,7	1 s 1	DN Galan	Stockholm	6 août
9’’ 97		0,0	2	DN Galan	Stockholm	6 août

200 m

19’’ 56	MPA (1er)	- 0,8	1		Kingston	1er mai
19’’ 76		- 0,8	1	Diamond	Shanghai	23 mai

300 m

30’’ 97	R Amériques MPA (1er)		1	GSpike	Ostrava	27 mai

400 m

45’’ 87	MPA (96e)	1 c 4	Camperdown	Kingston	13 février

4 × 100 m

38’’ 08	1	GibsonR	Kingston	27 février

Racers Lions Track Club : Kenroy Anderson, Yohan Blake, Marvin Anderson, Usain Bolt

37’’ 90	1	PR	Philadelphie	24 avril

Équipe nationale de Jamaïque : Mario Forsythe, Yohan Blake, Marvin Anderson, Usain Bolt

4 × 400 m

3’ 05 ’’ 77	2	GibsonR	Kingston	27 février

Racers Lions Track Club

2011

100 y

9’’ 14	(passage)				
	MPA (1er)	1	GSpike	Ostrava	31 mai

100 m

9’’ 91		0,6	1	GGala	Rome	26 mai
9’’ 91		- 0,2	1	GSpike	Ostrava	31 mai
9’’ 88		1,0	1	Herc	Monaco	22 juillet
10’’ 10		- 0,7	1 s 6	WC	Daegu	27 août
10’’ 05		- 1,0	1 d 2	WC	Daegu	28 août
Dq		- 1,4		WC	Daegu	28 août
9’’ 85		0,1	1	Hanz	Zagreb	13 septembre
9’’ 76	MPA (1er)	1,3	1	VD	Bruxelles	16 septembre

200 m

19’’ 86		0,7	1	Bislett	Oslo	9 juin
20’’ 03		- 0,6	1	Areva	Saint-Denis	8 juillet
20’’ 03		- 1,2	1	DN Galan	Stockholm	29 juillet
20’’ 30		- 0,3	1 s 2	WC	Daegu	2 septembre
20’’ 31		-1,0	1 d 2	WC	Daegu	2 septembre
19’’ 40	MPA (2e)	0,8	1	WC	Daegu	3 septembre

4 × 100 m

37’’ 04	RM	1	WC	Daegu	4 septembre

Équipe nationale de Jamaïque : Nesta Carter, Michael Frater, Yohan Blake, Usain Bolt

2012

100 y

9’’ 29	(passage)	- 0,8	1	GSpike	Ostrava	25 mai

100 m

9’’ 82		1,8	1	Jam Inv	Kingston	5 mai
10’’ 04		- 0,8	1	GSpike	Ostrava	25 mai
9’’ 76		- 0,1	1	GGala	Rome	31 mai
9’’ 79		0,6	1	Bislett	Oslo	7 juin
10’’ 06		0,2	1 s 1	NC	Kingston	28 juin
10’’ 01		1,0	1 d 2	NC	Kingston	29 juin
9’’ 86		1,1	2	NC	Kingston	29 juin
10’’ 09		0,4	1 s 4	OG	Londres	4 août
9’’ 87		1,0	1 d 2	OG	Londres	5 août
9’’ 63	MPA (1er)	1,5	1	OG	Londres	5 août
9’’ 86		0,3	1	VD	Bruxelles	7 septembre

200 m

21’’ 21		- 2,2	1 s 1	NC	Kingston	30 juin
20’’ 26		1,3	1 d 3	NC	Kingston	30 juin
19’’ 83		- 0,5	2	NC	Kingston	1er juillet
20’’ 39		0,9	1 s 1	OG	Londres	7 août
20’’ 18		- 0,6	1 d 2	OG	Londres	8 août
19’’ 32	MPA (1er)	0,4	1	OG	Londres	9 août
19’’ 58		1,4	1	Athl	Lausanne	23 août
19’’ 66		0,0	1	WK	Zurich	30 août

4 × 100 m

37’’ 82			1	Classic	Kingston	14 avril

Racers Track Club : Mario Forsythe, Yohan Blake, Kimmari Roach, Usain Bolt

36’’ 84	RM		1	OG	Londres	11 août

Équipe nationale de Jamaïque : Nesta Carter, Michael Frater, Yohan Blake, Usain Bolt

---

2013

100 m

10’’ 09		0,3	1	Cay Inv	George Town	8 mai

9’’ 95	MPA (3e)	0,8	2	GGala	Rome	6 juin
10’’ 00		0,5	1 s	NC	Kingston	20 juin
10’’ 03		- 0,2	1 d	NC	Kingston	21 juin
9’’ 94		- 1,2	1 f	NC	Kingston	21 juin
9’’ 85		0,2	1	AnnG	Londres	26 juillet
10’’ 07		- 0,4	1 s	WC	Moscou	10 août
9’’ 92		0,1	1 d	WC	Moscou	11 août
9’’ 77		- 0,3	1 f	WC	Moscou	11 août
9’’ 90		- 0,3	1	WK	Zurich	29 août
9’’ 80		- 0,6	1	VD	Bruxelles	6 septembre

150 m ligne droite

14’’ 42	MPA (1er)	1,4	1	Copacabana	Rio de Janeiro	31 mars

200 m

19’’ 79	MPA (1er)	1,7	1	Bislett	Oslo	13 juin
19’’ 73		0,2	1	Areva	Paris	6 juillet
20’’ 66		0,2	1 s	WC	Moscou	16 août
20’’ 12		0	1 d	WC	Moscou	16 août
19’’ 66		0	1 f	WC	Moscou	17 août

400 m

46’’ 74			1 c	Camperdown	Kingston	9 février
46’’ 44	MPA (176e)		2	UWI Inv	Mona	23 mars

4 × 400 m

3’ 06’’ 9			1 s 1	GibsonR	Kingston	23 février

Racers Lions Track Club : Dwight Mullings, Darrion Bent, Usain Bolt, Demar Murray

Glossaire

AnnG	Anniversary Games (Anniversaire des Jeux olympiques)
Areva	Meeting Areva
Athl	Athletissima
Aviva	Meeting Aviva
CAC	Central America Championship (Championnats d'Amérique centrale juniors)
CarG	Carifta Games (Jeux de la Carifta)
Cay Inv	Cayman Invitational
Conseil	Meeting du Conseil général
DNG	Dagens Nyheter Galan
GCG	Great City Games
GGala	Golden Gala
GibsonR	Gibson Relays
GSpike	Golden Spike
Hanz	Hanzekovic
Herc	Meeting Herculis
HG	Hampton Games (Jeux d'Hampton)
HS Ch	High School Championship (Championnats des lycées)
IslG	Island Games
Jam Inv	Jamaïca Invitational
NC	National Championship (Championnats de la Jamaïque)
Norw	Meeting Norwich Union
OG	Olympic Games (Jeux olympiques)
PanAmC	Pan-American Championship (Championnats panaméricains)
PR	Penn Relays
Reebok	Meeting Reebok
Tsik	Grand Prix Tsiklitiria
UWI Inv	UWI Invitational
Vard	Vardinoyiannia International
VD	Van Damme Memorial (Mémorial Van Damme)
WAF	World Athletics Finale (Finale mondiale de l'athlétisme)
WC	World Championship (Championnats du monde)
WCp	World Cup (Coupe du monde)
WJ	World Juniors (Championnats du monde juniors)

WK	Weltklasse
WY	World Youth (Championnats du monde jeunesse)
Dq	disqualifié
MPA	meilleure performance personnelle de l’année
MPM	meilleure performance mondiale de tous les temps
NP	non partant
RM	record mondial
RN	record national
c	course (dans le cas de plusieurs courses indépendantes dans la même réunion)
d	demi-finale
f	finale
q	quart de finale
s	série

Remerciements

Beaucoup de gens m'ont aidé à devenir l'homme et l'athlète que je suis aujourd'hui, à commencer par ma mère, mon père et toute ma famille. Ils sont tout pour moi. Les mots me manquent pour dire à quel point ils comptent. Ils m'ont soutenu durant ce parcours, depuis ma première compétition d'athlétisme quand j'étais gamin jusqu'aux championnats du monde de Moscou en 2013. Ils ont toujours été présents. Il est essentiel pour moi qu'ils soient fiers de mes succès.

Mon coach, Glen Mills, a également eu une énorme influence sur ma carrière – je le considère comme un deuxième père. Tout ce qu'il m'a prédit est devenu réalité. Je lui dois ma réussite. Aussi dur qu'ait été le chemin – que ce soit à cause de blessures, ou psychologiquement –, il a toujours fait en sorte que je me présente sur la ligne de départ dans un état de forme digne d'un champion.

D'autres entraîneurs ont également joué un rôle important : l'homme qui m'a repéré à l'école primaire de Waldensia, Devere Nugent, mais aussi mes coachs de William-Knibb – Pablo McNeil et M. Barnett (sauf pour ses séances d'abdos !). Avant Coach Mills, Coach Fitz Coleman a accompagné mes débuts professionnels. Il y a eu aussi les enseignants qui m'ont encouragé à l'école (quand je ne

faisais pas l'imbécile), surtout Mlle Lorna Thorpe à William-Knibb et la principale, Margaret Lee.

Et pendant tout ce temps, mon meilleur ami, NJ, que je connais depuis toujours. Sa présence indéfectible a été d'un grand soutien dans ma carrière, surtout dans les moments difficiles. Nous sommes inséparables. Aujourd'hui, il est le directeur exécutif de ma société, il fait l'interface entre moi et le reste du monde.

Mon ami Ricky Simms est bien plus que mon agent. Il fait tout pour moi ; grâce à lui, je n'ai à me soucier de rien dans ma vie professionnelle. Tout marche comme sur des roulettes lorsqu'il est là. Ensemble nous avons créé une marque internationale dont je suis très fier. NJ est mon bras droit, et Ricky est le gauche. Son épouse, Marion Steininger, et l'équipe PACE Sports Management jouent un rôle essentiel dans l'organisation de mon quotidien.

Je veux aussi remercier particulièrement tous ceux qui s'occupent de la gestion de mes affaires en Jamaïque – Norman Peart, Gina Ford et le cabinet d'avocats Foga Daley and Co, sans oublier mon masseur Everald « Eddie » Edwards, et l'homme qui me préserve des blessures, le docteur Hans Müller-Wohlfahrt. J'aimerais aussi remercier mes sponsors et mes partenaires commerciaux, comme PUMA (et Pascal Rolling qui m'a repéré quand j'avais quatorze ans), qui m'ont épaulé lorsque je n'étais rien ; et ceux avec lesquels j'ai commencé à travailler plus récemment. Nous avons partagé mes succès aux Jeux olympiques et bien plus. Nous sommes une grande famille. Merci aussi à HarperCollins d'éditer ce livre et à Matt Allen d'avoir couché mon histoire sur le papier.

Enfin, j'aimerais assurer de mon affection chacune des personnes qui m'ont encouragé tout du long – les fans, les médias, les organisateurs de compétition, tous ceux qui ont joué un rôle dans ma carrière. J'aime profondément l'athlétisme. Sans lui, je n'aurais

pas écrit ce livre. J'aime à penser que chacune de mes victoires est une victoire pour mon sport.

Amour éternel.

Usain, Moscou 2013

TABLE

1 - Né pour courir

2 - Conduis-toi en champion

3 - Mon pire ennemi

4 - Alors que les simples mortels tremblent, une superstar se surpasse dans les grands moments

5 - Vivre vite

6 - Un cœur de champion, un mental d'acier

7 - La découverte du point de non-retour

8 - Souffrance ou gloire

9 - L'heure c'est l'heure

10 - Fais-toi plaisir, maintenant

11 - L'économie de la victoire

12 - L'avertissement

13 - L'ombre d'un doute, des regrets éternels

14 - Mon heure

15 - Je suis une légende

16 - À fond jusqu’en Russie… et au-delà

Annexe

Glossaire

Remerciements

Notes

1. Sérieusement, j'en achèterais plutôt une neuve.

Notes

1. Fou. (N.d.T.)

2. Mes victoires étaient devenues si habituelles que Mlle Lee s'est mise à organiser la journée du sport à des dates où elle savait que je serais à des compétitions internationales, juste pour donner une chance aux autres élèves.

3. Nom de Dieu, si seulement j'avais écouté ! Ces dernières années, j'ai rencontré des Espagnoles, et beaucoup d'entre elles étaient ravissantes. Le seul problème, c'est que je ne pouvais échanger avec elles dans une boîte ou à une fête, puisque je ne parlais pas leur langue. Mlle Jackson avait raison. Froissé de cette situation, je me suis acheté le programme informatique de langue Rosetta Stone, juste pour apprendre quelques expressions. Je n'en ai pas tiré grand-chose, mais assez pour comprendre que tout ce qu'on dit en français et en espagnol à l'air romantique, et que l'allemand est une autre histoire.

Notes

1. La catégorie 1 était la catégorie des moins de dix-neuf ans ; la catégorie 2 celle des moins de seize ans ; la catégorie 3 celle des moins de quatorze ans. J'aurais pu courir dans la catégorie 3, mais j'aurais gagné trop facilement. C'est pourquoi Coach McNeill m'avait surclassé.

2. Jermaine allait gagner la médaille de bronze du 400 mètres aux championnats du monde juniors, établir un record national senior du 400 mètres et terminer quatrième du 400 mètres aux championnats du monde de 2011.

3. Sorte de relais dans lequel les quatre coureurs couvrent des distances différentes : 100, 200, 300 et 400 mètres.

Notes

1. C'était une année olympique, et seul le médaillé d'or des JO d'Athènes Shawn Crawford a fait mieux en finale en 19 secondes 79. J'étais en tête des classements de la saison dès ma première course.

2. Pour être champion olympique, un athlète doit disputer quatre courses : deux tours de séries, les demi-finales et la finale.

3. C'est pareil dans toutes les familles. Si je ne l'avais pas porté, ma mère m'aurait téléphoné en disant : « Usain, pourquoi ne portes-tu plus ta chaîne ? » Comme je l'ai déjà dit, j'étais un petit garçon à sa maman. Et je faisais de mon mieux pour qu'elle soit contente.

4. Courir au couloir un a toujours été plus difficile pour moi à cause de ma taille ; je dois m'incliner bien plus dans le virage que les plus petits qui ont l'avantage dans les couloirs intérieurs d'avoir un centre de gravité plus bas qui permet de tourner plus facilement.

Notes

1. La Golden League, devenue la Diamond League en 2010, consistait en compétitions organisées à Zurich, Bruxelles, Oslo, Rome, Paris et Berlin.

Notes

1. D’aucuns pensent que ma seule motivation pour me mettre au 100 mètres était financière, mais ça n’était pas le cas. Ouais, il y avait beaucoup à gagner pour un coureur de 100 mètres qui réussit – je l’avais constaté avec Asafa. Mais je me moquais des *prize moneys*. Mon but était d’esquiver le 400 mètres. Point. Et je n’imaginais pas une seconde que je serais aussi bon.

2. Anatomie de mon 100 mètres : « Pan ! » J’entre dans ma mise en action pendant les trente premiers mètres de la course. Au moment où je quitte les starts et que je me propulse dans mon couloir, je place mon corps vers l’avant, la tête vers le bas, et je pousse à fond. Je peux ainsi entrer dans la course même si mes premières foulées sont médiocres. Puis je me grandis. Je redresse la tête, je lève les genoux très haut et je baisse mes épaules tout en courant. C’est alors que j’atteins ma pleine vitesse. Aux cinquante mètres, je jette un œil de chaque côté pour voir où j’en suis. Puis je me transforme en monstre. Je domine la compétition. Qui que vous soyez, quel que soit votre niveau, les quarante derniers mètres de ma course sont mon point fort, et, si je suis devant vous, c’est plié. Vous ne me rattraperez pas. À dix mètres de la ligne, je jette un nouveau coup d’œil à droite et à gauche pour voir si je peux arrêter de courir. À ce stade, je sais déjà si j’ai gagné ou non, car il ne me reste que trois foulées et demie à produire pour parcourir les dix derniers mètres. Si personne ne me devance, c’est terminé.

Notes

1. Un vent dans le dos trop fort peut avantager un athlète. Le règlement prévoit qu'un record du monde n'est pas homologable au-delà de deux mètres par seconde. Tyson avait bénéficié pour sa course d'un vent d'une force supérieure.

2. C'était l'idée d'un de mes amis danseurs en Jamaïque. J'avais parié que si je gagnais le 100 mètres, je ferais un petit numéro de danse. On l'avait appelé *Au monde entier*, et j'y ai ajouté ma touche personnelle avec ce mouvement de bras en direction du ciel.

Notes

1. Quand les informations concernant Lance Armstrong sont sorties en 2012, je me souviens avoir pensé : « Ah, ils ne vont pas tarder ! » La semaine suivante, les contrôleurs sont venus deux fois. Mais j'étais résigné à ce que ça se passe comme ça.

Notes

1. Je suis un supporteur de United depuis mon enfance. Je suivais cette équipe depuis que les matchs de Premier League étaient retransmis par la télévision jamaïcaine. Le Néerlandais Ruud Van Nistelrooy qui jouait dans l'équipe était un excellent buteur ; j'adorais ce club et tous les dimanches j'allumais la télé en espérant le voir jouer. À mesure que je grandissais et que j'effectuais des déplacements pour mes compétitions, j'ai appris à mieux connaître ce club et j'ai découvert que c'était le plus grand du monde ; qu'il ait été le premier que j'ai suivi était une chance ! Ça aurait été terrible si j'étais tombé sur West Ham ou les Blackburn Rovers !

Notes

1. Ça avait été assez drôle quand même. Mais commencer un sport comme le golf n'était pas forcément une bonne idée, car je n'entreprends rien à moins d'être sûr de gagner. J'ai tout de même accepté de ne pas être le prochain Tiger Woods et fait un parcours dans un club chic avec NJ. Il m'avait promis que ce serait « sympa », et j'avais tout un équipement dernier cri à essayer. Je me suis avancé vers le tee comme si j'étais Rory McIlroy. Sans les cheveux bouclés. Chaussures de golf, polo élégant, bermuda, clubs, sac, j'avais même un gant. J'avais l'air d'un pro, mais j'ai commencé par faire fuir les perroquets en expédiant un drive directement dans les bois.
« Qu'est-ce que c'est que ça ? Comment est-ce possible ? »
J'ai pris une autre balle dans mon sac, je me suis replacé face au tee, mais cette fois elle a atterri dans une mare de l'autre côté du fairway. Je ne comprenais vraiment pas. J'avais fait du practice toute la matinée pour m'échauffer… Ça n'était pas « drôle » du tout. J'ai perdu sept balles la première demi-heure et, après le cinquième trou, j'ai décidé de rentrer. J'ai quitté le parcours et jeté mes luxueux clubs dans le coffre de ma voiture. Ils n'ont jamais resservi.

2. Je n'avais pas de problème personnel avec le retour de Gatlin à l'athlétisme. Quand il est revenu de sa suspension de quatre ans, je n'ai pas fait de commentaire. Si l'IAAF acceptait qu'il coure à nouveau, je n'avais rien à dire. Il avait purgé sa peine, et je ne pensais qu'à travailler dur pour le battre. Je ne craignais personne et j'étais en pleine confiance. Mes amis me disaient toujours : « Et si l'un des types qui t'a déjà battu était dopé ? » Je répondais systématiquement que je m'en moquais. Qui qu'il soit, je travaillerais encore plus dur pour le surpasser la fois suivante. Dopé

ou pas, il le savait bien : « Usain est plus fort que moi. » C'est ainsi que je voyais les choses. J'étais heureux, je courais librement, la conscience tranquille. Mais à la place de Gatlin, je me serais fait tout petit.

Notes

1. Je ne peux commenter ces incidents, car les enquêtes sont en cours au moment où ce livre est mis sous presse.

This file was downloaded from Z-Library project

Your gateway to knowledge and culture. Accessible for everyone.

z-library.sk z-lib.gs z-lib.fm go-to-library.sk

Official Telegram channel

Z-Access

https://wikipedia.org/wiki/Z-Library